



Vanhempien ajankäyttö päiväkotikäisten lasten kanssa vapaa-ajalla

Heidi Hiltunen

Sosiaali- ja terveysalan opinnäytetyö
Sosiaalialan koulutusohjelma
Sosionomi (AMK)

KEMI 2013

TIIVISTELMÄ

KEMI-TORNION AMMATTIKORKEAKOULU, Sosiaali- ja terveysala

Koulutusohjelma:	Sosiaalialan koulutusohjelma
Opinnäytetyön tekijä:	HEIDI HILTUNEN
Opinnäytetyön nimi:	VANHEMPIEN AJANKÄYTTÖ PÄIVÄKOTI- IKÄISTEN LASTEN KANSSA VAPAA-AJALLA
Sivuja:	55 (1)
Päiväys:	17.11.13
Opinnäytetyön ohjaaja(t):	Sari Leppälä & Seija Järvi
<p>Opinnäytetyöni aihe on vanhempien ajankäyttö päiväkotikäisten lasten kanssa vapaa-ajalla. Pyrin selvittämään opinnäytetyöni tavoitteen tutkimuskysymysteni avulla, joita ovat viettävätkö vanhemmat aikaa vapaa-ajalla lapsensa kanssa, mitä vanhemmat tekevät lastensa kanssa vapaa-ajalla ja millaisia vaikutuksia vanhemman ja lapsen välisellä vapaa-ajan vietolla on lapseen. Tutkimuskysymysteni avulla pyrin lisäksi tutkimaan kokonaisvaltaisesti lasten ja vanhempien välistä ajanviettoa vapaa-ajalla.</p> <p>Jaoin opinnäytetyöni aiheen neljään eri teoria osioon, joita ovat vuorovaikutus, leikki, media, sekä liikunta- ja harrastukset. Valitsin kyseiset aihealueet, sillä niiden tulisi mielestäni liittyä olennaisesti lapsen vapaa-aikaan. Päätin alaotsikoida aihealueet tietynlaisiin teemoihin selkeyttääkseni työni teoria osaa. Järjestin otsikot loogiseen järjestykseen, jotta työni olisi mahdollisimman selkeä ja helppolukuinen.</p> <p>Toteutin opinnäytetyöni laadullisena eli kvalitatiivisena tutkimuksena. Olen käyttänyt opinnäytetyöni teossa laajasti aihealueeseen liittyviä luotettavia lähteitä ja ottanut aiheen huomioon kokonaisvaltaisesti. Käytin opinnäytetyöni aineistonkeruu menetelmänä haastattelua ja haastattelu menetelmäksi valitsin teemahaastattelun. Haastattelin opinnäytetyötäni varten neljää henkilöä ja tein haastattelut lokakuun aikana. Haastatteluvista kaksi oli lasta ja kaksi aikuista, sillä halusin saada opinnäytetyöhöni sekä lapsen että aikuisen näkökulman.</p> <p>Opinnäytetyöni keskeiset tulokset osoittivat, että vanhempien ajankäytössä päiväkotikäisten lasten kanssa vapaa-ajalla esiintyy puutteita, sekä kehitystä ja muutosta kaipaavia osa-alueita. Nyky-yhteiskunnassa yhä useammin perhekeskeisyys on muuttanut muotoaan työkeskeisyydeksi. Epäröivä kasvatuskulttuuri on kasvanut yhteiskunnassamme ja sen vaikutus heijastuu negatiivisesti lapsen kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin. Nykyvanhemmat eivät myöskään ole aina valmiita sitoutumaan lapsenhoitoon lapsen tarvitsemalla ja ansaitsemalla tavalla. Toivon opinnäytetyöni herättävän ajatuksia ihmisissä ja etenkin vanhemmissa. Toivon työni myös auttavan vanhempia ymmärtämään, kuinka tärkeä vapaa-ajan merkitys on todella lapselle ja lapsen kokonaisvaltaiselle kehitykselle ja hyvinvoinnille.</p>	
Asiasanat: lapsi, vanhempi, media, vuorovaikutus, leikki, liikunta, harrastus	

ABSTRACT

KEMI-TORNIO UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES, Social services and health
care

Degree programme:	Bachelor of Social Services
Author:	HEIDI HILTUNEN
Thesis title:	PARENTS TIME SPENDING WITH KINDERGARTEN AGED CHILDREN IN THEIR FREE TIME
Pages:	55 (1)
Date:	17.11.13
Thesis instructor(s):	Sari Leppälä & Seija Järvi
<p>The subject of my thesis is how parents spend their free time with their kindergarten aged children. I used my research questions to find out my thesis goal. I had four research questions and they were what parents are doing with their children in their free time, are parents spending free time with their children and how time spending between parents and children effects to children. I used my research questions to find out full view of time spending between parents and children.</p> <p>Subject was divided into four parts, which are interaction, media, play and sports and hobbies. I chose these parts because from my opinion they should belong to children's everyday life. I put headlines and under headlines to certain themes to make theory part as clear as possible. I also put headlines and under headlines in logical order to make sure that my thesis is easy to read and understand.</p> <p>Thesis was carried through with qualitative research. I have used a lot of sources of thesis subject area while making thesis and made a research of the subject from many points of view. My method of interviewing was thematic interview. I interviewed four persons about certain themes and interviews were made in October. Two of the interviewed persons were children and two of them were adults because I wanted to get adult point of view and child point of view to my thesis.</p> <p>Centered results of my thesis showed that parent's time spending with kindergarten aged children needs development and changes. Present-days family centered way of thinking has changed to work centered way of thinking. Hesitating culture of raising children has raised in society and it effects children's well fare. Today's parents are not always committed on to take care of their children in a way child deserves and needs. I hope that my thesis is effecting to parents and people and raising new way of thinking. I also hope that my thesis helps parents to understand how important free time spending is for their children and how it effects to their well fare in every way.</p>	
Subject words: child, parent, media, interaction, play, sport, hobby	

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ.....	3
ABSTRACT.....	4
SISÄLLYS.....	5
1 JOHDANTO.....	6
2 METODOLOGINEN OSUUS.....	8
2.1 Tutkimustehtävä ja tutkimuskysymykset.....	8
2.2 Tutkimusmenetelmä, tutkimusote ja analyysimenetelmä.....	11
2.3 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus.....	12
2.4 Opinnäytetyö prosessi.....	13
3 LAPSEN JA VANHEMMAN VÄLINEN VUOROVAIKUTUS.....	15
3.1 Perheen arjesta.....	15
3.2 Vanhemman vaikutus lapsen hyvinvointiin ja kehitykseen.....	18
3.3 Lapsen ja vanhemman vuorovaikutuksesta.....	22
4 LEIKKI, LIIKUNTA JA HARRASTUKSET OSANA LAPSEN ELÄMÄÄ.....	26
4.1 Leikki lapsen kehitystehtävänä.....	26
4.2 Leikin rooli lapsen elämässä.....	28
4.3 Liikunnan ja harrastusten vaikutus lapsen vapaa-aikaan.....	30
5 MEDIAN VAIKUTUS PIENTEN LASTEN ELÄMÄÄN.....	34
5.1 Median rooli lapsen elämässä.....	34
5.2 Median vaikutus lapsen kehitykseen.....	35
5.3 Vanhemman mediakriittisyyden merkitys lapsen hyvinvointiin.....	37
6 HAASTATTELUN TULOKSET JA JOHTOPÄÄTÖKSET.....	40
6.1 Opinnäytetyön kohdejoukko.....	40
6.2 Vuorovaikutus osana perheen vapaa-aikaa.....	41
6.3 Leikki osana perheen vapaa-aikaa.....	44
6.4 Media osana perheen vapaa-aikaa.....	45
6.5 Haastattelun johtopäätökset ja analyysi.....	46
7 POHDINTA.....	49
LÄHTEET.....	53
LIITTEET.....	56

1 JOHDANTO

Opinnäytetyöni nimi on vanhempien ajankäyttö päiväkotikäisten lasten kanssa vapaa-ajalla. Olen valinnut kyseisen aiheen, sillä minua kiinnostaa viettävätkö vanhemmat aikaa lastensa kanssa työn, opiskelun ja päivähoiton ulkopuolella. Olen ollut kolmessa eri harjoittelussa päiväkodissa ja olen työskennellyt myös sijaisena päiväkodissa. Minä olen huomannut työssäni viitteitä siitä, ettei useissa perheissä vietetä yhdessä aikaa vapaa-aikana, eikä perhe tee yhdessä asioita. Haluan tuoda esille opinnäytetyössäni tärkeitä osa-alueita vanhempien ja lasten vapaa-ajan ajankäyttöön liittyen ja perustella miksi kyseiset asiat ovat lapsen edun mukaisia. Haluan myös herätellä vanhempia huomaamaan, että heidän lapsensa ansaitsevat vain parasta. Opinnäytetyöni tavoitteena on saada vanhemmat ymmärtämään, että lapsuuden voi elää vain kerran.

Opinnäytetyöni koostuu johdannosta, aiheeseen liittyvästä teoriaosasta, haastattelun tuloksista, haastattelun johtopäätöksistä ja pohdinnasta. Teoriaosa jakaantuu kolmeen eri aihealueeseen, joihin kuuluvat vuorovaikutus, media, leikki, sekä liikunta ja harrastukset. Päätin jakaa opinnäytetyöni kyseisiin osa-alueisiin, sillä ne kaikki ovat omalta osaltaan tärkeitä lapsen hyvinvoinnin ja hyvän kehityksen kannalta. Lapsen ja vanhemman välinen vuorovaikutus osio on kaikista laajin, sillä mielestäni osio on erityisen tärkeä lapsen hyvinvoinnin kannalta. Mielipiteeni on, että vanhemman ja lapsen välinen vuorovaikutus vaikuttaa lapsen kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin, sekä käyttäytymiseen ja luo pohjan lapsen tulevaisuudelle. Haastattelin opinnäytetyötäni varten neljää henkilöä, joista kaksi on lasta ja kaksi aikuista. Käytin haastattelu menetelmänä teemahaastattelua, sillä se oli mielestäni opinnäytetyöhöni sopivin menetelmä.

Minulla oli omat ennakkokäsitykseni ja mielipiteeni aiheeseen liittyen, joten opinnäytetyön aiheen keksiessäni pohdin tuleeko oma kantani esille vai kääntyykö opinnäytetyöni kanta pääläelleen. Löysin opinnäytetyötäni varten kuitenkin paljon tutkijoita, kirjailijoita ja sosiaalialan ammattilaisia, joilla oli samankaltainen ajatus vanhempien ja lasten välisestä vapaa-ajan vietosta, kuin minulla.

Opinnäytetyössäni näkyy yhteiskunnallinen, yksilöllinen ja yhteisöllinen merkitys. Yhteiskunnallinen merkitys tulee esille opinnäytetyön kantaa ottavasta aiheesta. Käsittelen opinnäytetyössäni nyky-yhteiskunnan perheissä esillä olevia ongelmia, kuten esimerkiksi vanhempien ajanpuute, kiire arjessa, työkeskeisyys ja epäröivä kasvatuskulttuuri. Kaikki nämä aihealueet liittyvät nyky-yhteiskuntaamme. Opinnäytetyön yksilöllinen merkitys näkyy lapsen edun tavoittelemisena. Koko opinnäytetyöni tarkoitus on ajatella lapsen etua ja ohjata vanhempia kohti lapsen parempaa arkea ja vapaa-ajan viettoa, jos muutoksiin on perheessä tarvetta. Opinnäytetyöni teoria käsittelee lapsen yksilöllisiä tarpeita vapaa-ajan viettoon liittyen. Yhteisöllinen merkitys tulee esille opinnäytetyön tavoitteena saada perheelle parempi arki. Opinnäytetyöni tavoite on ohjata vanhempia kohti lapsen hyvää arkea, jolloin lapsen hyvinvointi hyödyttää samalla koko perhettä. Opinnäytetyöni teoriassa käsitellään perheyhteisön toimivia vapaa-ajan ratkaisuja ja perheen mahdollisuuksia kohdata toisiaan paremmin.

2 METODOLOGINEN OSUUS

2.1 Tutkimustehtävä ja tutkimuskysymykset

Opinnäytetyöni tutkimustehtävä oli selvittää viettävätkö vanhemmat aikaa lastensa kanssa vapaa-ajalla ja miten he yhteistä aikaa viettävät. Halusin opinnäytetyö prosessin avulla kehittää omaa tietouttani, jota voisin hyödyntää siirtyessäni työelämään päiväkotiin. Halusin myös saada rehellisen näkökulman haastateltaviltani henkilöiltä, kuinka he viettävät vapaa-aikaa perheensä kanssa. Kohdejoukkoni ovat päiväkotikäiset lapset, sekä heidän vanhempansa.

Opinnäytetyöni ensimmäinen tutkimuskysymys oli viettävätkö vanhemmat aikaa vapaa-ajalla lapsensa kanssa. Teoria ja haastattelut tukivat toisiaan, sillä vastaukset olivat hyvin samankaltaisia. Useat vanhemmat eivät vietä vapaa-ajalla aikaa lapsensa kanssa. He ovat usein fyysisesti läsnä, mutta henkinen läsnäolo jää uupumaan. Lapset tekevät omia asioitaan ja vanhemmat omiaan. Vapaa-ajan yhteiseen ajanviettoon vaikuttaa negatiivisesti myös vanhempien ja lasten harrastukset, jotka vievät oman aikansa yhteisestä vapaa-ajasta. Yleisin syy yhteisen vapaa-ajan vieton vähäisyyteen on vanhempien mukaan ajanpuute. Vanhemmat kuitenkin myöntävät, että yhteinen aika olisi järjestettävissä, jos he näkisivät enemmän vaivaa sen eteen. Joissakin perheissä vanhemman oman ajan ja mielihyvän tavoittelu, omat harrastukset, menestyminen ja raha ovat etusijassa, jolloin kyseiset asiat saattavat olla ristiriidassa hyvän vanhemmuuden kanssa. Lapsi tarvitsee rakkautta ja läsnäoloa vanhemmaltaan. (Kinnunen 2003, 80-81; Kyrönlampi-Kylmänen 2010, 21; Kaikkonen & Mäki & Hakulinen-Viitanen & Markkula & Wikström & Ovasainen & Virtanen & Laatikainen 2012, 50.)

Nyky-yhteiskunta on siirtynyt tilastojen mukaan perhekeskeisestä elämästä työkeskeiseen elämään. Perhettä perustaessaan vanhempien tulisi ymmärtää, että lapset ovat osa heidän jokapäiväistä elämäänsä. Useissa perheissä työ vie kuitenkin niin paljon aikaa ja voimavaroja vanhemmilta, että yhteinen aika ja tekeminen lasten kanssa kärsii. Myös koti, päivähoito ja harrastukset vievät jokainen oman aikansa ja niiden yhteensovittaminen saattaa vaikuttaa negatiivisesti perheen yhteisiin hetkiin. Vaarana on, etteivät van-

hemmat kuule tai huomaa kiireidensä keskeltä lasten tarpeita aivan perustarpeista lähtien. Useat vanhemmat sanovat, että heillä on liian vähän yhteistä aikaa lapsensa kanssa. Myös haastateltavat olivat sitä mieltä, että etenkin työ ja koulu vievät aikaa ja voimavaroja perheen yhteisestä tekemisestä. Vanhemmilla olisi mahdollisuus lisätä yhteistä aikaa esimerkiksi ottamalla lapsi mukaan arkisiin askareisiin, mutta harva vanhempi hyödyntää kyseistä mahdollisuutta. Haastateltavat olivat sitä mieltä, että yhdessäolon vähäisyys riippuu pitkälti heistä itsestään ja yhteinen aika lapsen kanssa olisi järjestettävissä, jos sen eteen näkisi hieman enemmän vaivaa. (Kinnunen 2003, 29-81; Kaikkonen & Mäki & Hakulinen-Viitanen & Markkula & Wikström & Ovaskainen & Virtanen & Laatikainen 2012, 50.)

Toinen tutkimuskysymykseni oli mitä vanhemmat tekevät lastensa kanssa vapaa-ajalla. Opinnäytetyöni antoi vastauksen myös toiseen tutkimuskysymykseeni. Useat vanhemmat kannustavat ja ohjaavat lastaan hakemaan vapaa-aikanaan leikkikaveria. Osalla vanhemmista tämä on ele siitä, että he ajattelevat lapsen saavan enemmän iloa leikkikaverista, mutta osa vanhemmista ajattelee pääsevänsä itse helpommalla järjestäessään lapselle seuraa. Haastateltavani olivat sitä mieltä, ettei lapsilla riitä viikolla aikaa leikkikavereihin pitkän hoitopäivän jälkeen. Viikonloppuna he kuitenkin kannustavat lapsiaan hakemaan leikkikaveria, jos lapset sitä itse haluavat. Joidenkin perheiden vanhemmat taas olettavat automaattisesti lastensa leikkivän keskenään, jos perheessä on useita lapsia. Vanhemmat saattavat kokea, etteivät he osaa leikkiä lastensa kanssa mitään. Haastateltavani sanoivat, että yhteinen leikki vanhemman ja lapsen välillä on todella vähäistä. Heidän olisi hyvä ymmärtää, ettei leikkiminen aina tarkoita sitä, että vanhemman pitää leikkiä fyysisesti esimerkiksi barbeilla, autoilla tai lelufiguureilla. Joskus pelkkä vanhemman läsnäolo riittää lapselle. (Kalliala 1999, 250-252.)

Nykykulttuuri pitää mediaa hyvin suuressa roolissa lapsen elämässä. Usein pohditaan miksi aikuinen ei jaksu viettää aikaa lapsensa kanssa, vaan hänet ohjataan median ääreen. Tai miksi mediasta on tullut tärkeämpi seura lapselle, kuin oma perhe tai ystävä. Päiväkoti-ikäisen lapsen päivittäinen mediasuositus on puolesta tunnista tuntiin. Jokaisen haastateltavani perheessä päiväkotikäisten lasten päivittäinen suositus median käytössä ylittyi. Media on hyvin tärkeä osa myös usean vanhemman elämää, jolla saattaa

olla negatiivisia vaikutuksia vanhemman ja lapsen yhteiseen ajanviettoon. Vanhempien olisi löydettävä aikaa ja voimavaroja olla lastensa kanssa median ulkopuolella, sekä aidosti arvostettava lasta. Useissa perheissä medialla korvataan puuttuvaa aikaa aikuisen kanssa, jos aikuinen on liian kiireinen tai väsynyt viettämään aikaa lapsen kanssa. Jos median käytöllä korvataan liikaa yhteistä aikaa, koituu se sekä lapsen, että vanhemman tappioksi. (Lehtipuu 2006, 14.)

Opinnäytetyöni antoi vastauksen myös kolmanteen tutkimuskysymykseen, joka oli millaisia vaikutuksia vanhemman ja lapsen välisellä vapaa-ajan vietolla on lapseen. Lapsen oma perhe on suurin vaikuttaja hänen vuorovaikutuksensa kehitykseen, itsetunnon kasvamiseen, tunne-elämän kypsyytteen ja sosiaaliseen kanssakäymiseen. Lapset oppivat mallioppimisen kautta, joten on tärkeää, että lapsi todella viettää aikaa yhdessä vanhempiensa kanssa. Sen kautta lapsi ymmärtää miten ja miksi toimitaan tietyntilanteissa. Myös vanhempien äänensävyllä ja lauseilla on suuri merkitys lapsen oppimisessa. Lapsi tarvitsee vähintään yhden täysin sitoutuneen vanhemman, johon lapsella on jatkuva ja luotettava kiintymyssuhde. Lapsen luottamus vanhempiin heijastuu koko lapsen kehitykseen ja on pohja lapsen hyvälle elämälle. Välttelevä kiintymyssuhdemalli on yleistynyt Suomessa. Perhe, jossa ei ole lämmin tunneilmapiiri, saattaa vaikuttaa lapseen siten, että lapsi kokee, ettei tunteiden ilmaiseminen ole kannattavaa. Vanhempien olisi tärkeää tarkastella kriittisesti oman perheensä tunneilmapiiriä, sekä heidän ja lastensa välistä kiintymyssuhdemallia. Vanhemman ja lapsen välinen hyvä kiintymyssuhde vaikuttaa positiivisesti lapsen itsehillinnän, perusluottamuksen ja itsetunnon kehitykseen. Se saa lapsen myös tuntemaan olevansa rakastettu ja arvokas. (Kemppinen & Kemppinen-Rouvinen 1998, 75-189; Juusola 2011, 113-114.)

Vanhemmilla on suuri rooli lapsensa leikkimisen muodostumisessa. Lapset käyttävät ajatusmaailmaansa hyödyksi leikkiessään ja heidän ajatusmaailmaansa puolestaan vaikuttaa heidän kasvatuskulttuurinsa. Mielikuvitus- ja roolileikit ovat tärkeitä leikin osa-alueita lapsen kehityksessä. Roolileikit ovat hyvä esimerkki lapsen mielikuvituksen käytöstä. Mielikuvituksen kehittyminen lapsuudessa on tärkeää myös aikuisuutta ajateltaessa. Ihminen tarvitsee mielikuvitusta erilaisissa suunnittelu tilanteissa, tehdessä johtopäätöksiä ja päätellessä asioita. Vanhempien olisi tärkeää olla estämättä lapsen mieliku-

vituksen käyttöä. Leikki on tärkeää myös lapsen kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin ja psyykeen kannalta. Leikki parantaa lapsen elämänlaatua, lisää yhteenkuuluvuuden tunnetta, sekä edistää lasten keskinäistä vuorovaikutusta ja kehittää heidän sosiaalisia taitojaan. Vanhempien positiivinen panos lapsen leikkeihin on aina lasta kehittävä asia. Lapsi oppii leikkimällä, joten leikin merkitystä ei voi korostaa liikaa lapsen elämässä. (Kalliala 1999, 290-300; Kinnunen 2003, 72-73; Juusola 2011, 141; Pelastakaa Lapset 2011, 20-21.)

Sain vastauksia keskeisiin tutkimuskysymyksiini opinnäytetyöni teoriaosion ja haastatteluiden avulla samankaltaisiin tuloksiin, jotka todistivat, että nyky-yhteiskunnan vanhempien ja lasten välisessä vapaa-ajan vietossa on puutteita ja kehitettävää. Toivon, että vanhemmat tarkastelisivat kriittisesti omaa vapaa-ajanviettoaan lapsensa kanssa, jolloin he mahdollisesti huomaisivat jonkin puutteen tai kehittämistarpeen, jonka he voisivat muuttaa positiivisempaan suuntaan. Toivon myös, että opinnäytetyölläni olisi mahdollisuus muuttaa vanhempien käsityksiä tai ajatuksia ja ohjata heitä kohti lapsen kannalta positiivisempaa vapaa-ajan viettoa. Mielestäni olisi tärkeää myös muistaa, että lapsuuden voi elää vain kerran, mutta lapsuuden tapahtumat ja kokemukset seuraavat lasta läpi elämän.

2.2 Tutkimusmenetelmä, tutkimusote ja analyysimenetelmä

Toteutin tutkimukseni kvalitatiivisena eli laadullisena tutkimuksena. Laadullinen tutkimusmenetelmä on tieteellisen tutkimuksen menetelmäsuuntaus, jossa pyritään ymmärtämään kohteen ominaisuuksia, merkitystä ja laatua kokonaisvaltaisesti. Valitsin laadullisen tutkimusmenetelmän, sillä laadullisessa tutkimuksessa tutkimuksella on mahdollisuus elää tutkimushankkeen mukaisesti. Laadullisen tutkimuksen tavoitteena on teorian kehittäminen ja ihmisten ymmärryksen lisääminen tutkittavasta ilmiöstä. Tavoitteenani opinnäytetyöprosessissa oli selvittää viettävätkö vanhemmat vapaa-ajalla aikaa lastensa kanssa ja miten he aikaa viettävät. (Eskola & Suoranta 2005, 13-15.)

Laadullisessa tutkimuksessa mahdollisia aineiston keruumenetelmiä ovat esimerkiksi havainnointi, haastattelu, erilaisiin dokumentteihin perustuva tieto tai kysely. Käytin tutkimuksessani aineiston keruumenetelmänä teemahaastattelua. Valitsin teemahaastattelun, sillä se oli mielestäni toimivin vaihtoehto opinnäytetyötäni ajatellen. Teemahaastattelun etu on, ettei kysymysten tarvitse olla täysin valmiiksi muotoiltuja, vaan haastattelulla on mahdollisuus elää haastattelijan ja haastateltavan mukaisesti. Mielestäni teemahaastattelu soveltui aineiston keruumenetelmänä hyvin opinnäytetyöni tarkoitukseen ja auttoi minua saamaan tarpeellisiin kysymyksiin vastauksia. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 71.)

Opinnäytetyöni analyysimenetelmäksi valitsin sisältöanalyysin, sillä sen tarkoituksena on saada tutkittavasta ilmiöstä tiivistetty ja yleinen kuva. Analyysin tarkoituksena on luoda yhtenäistä, mielenkiintoista ja selkeää informaatiota, jonka avulla on mahdollista tehdä luotettavia johtopäätöksiä. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa tutkija joutuu jatkuvasti pohtimaan tekemiään ratkaisuja ja ottamaan samanaikaisesti kantaa sekä työn luotettavuuteen, että analyysin kattavuuteen. (Eskola & Suoranta 2005, 208-211.)

2.3 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus

Opinnäytetyön aineistosta pyritään löytämään teemoja, joista koostuu suurempia aihekokonaisuuksia. Löydetty teemat tulee kytkeä teoriaan. Laadullisen tutkimuksen luotettavuuden arviointiin käytetään käsitteitä sovellettavuus, pysyvyys, neutraalisuus ja totuusarvo. Tutkimuksen luotettavuutta edistää, jos se edustaa useampaa, kuin yhtä tutkimuksen luotettavuuden arviointiin käytettävää käsitettä. Luotettavuuskriteereitä ovat myös tutkimuksen siirrettävyys, sekä sovellettavuus, totuudellisuus, vahvistettavuus ja uskottavuus. (Willberg 2009.)

Opinnäytetyöni on luotettava, sillä lähteenä on käytetty 25 eri tekijän luotettavaa lähdettä, jotka on tarkoin valittu sisältönsä perusteella. Olen myös suhtautunut kriittisesti lähteiden valintaan. Joissakin lähteistä on useaan opinnäytetyön osa-alueeseen liittyvää teoriaa, jotka jaoin omiksi osioikseen. Lähteet ovat nykypäivän kirjallisuutta ja teoksia,

joka lisää niiden luotettavuutta. Opinnäytetyöni luotettavuuteen vaikuttaa positiivisesti sen vahvistettavuus. Vahvistettavuus tarkoittaa sitä, että lähteinä käyttämäni eri teokset, haastattelu ja pohdinta tukevat toisiaan. Toinen luotettavuuteen positiivisesti vaikuttava asia on sen sovellettavuus, sillä työtä voi hyödyntää muissakin lapsiin liittyvissä tutkimuksissa. Opinnäytetyöni luotettavuutta lisää myös sen uskottavuus. Tutkimuksen tulokset tukivat ennako-odotuksiani ja osoittivat ne oikeiksi. Oman persoonani näkymisen lisää uskottavuutta opinnäytetyössäni, mutta onnistuin kuitenkin säilyttämään neutraalin otteen tutkimuksen löydöksiä kohtaan. (Metsämuuronen 2006, 247; Willberg 2009.)

Kvalitatiivinen haastattelu tapahtuu jonkin tietynlaisen teeman ympärillä, eikä haastattelun ole tehty valmiita kysymyksiä tai vastauksia. Kvalitatiivinen tutkimus on uusia havaintoja keräilevää ja sen ideana on saada aikaan uusia näkemyksiä. Valitsin haastatteluihini tietynlaiset teemat, joiden ympärillä liikuimme haastateltavien kanssa. Sain haastateltavilta uusia näkemyksiä, joiden avulla minulla oli helpompaa kysyä uusia aiheeseen liittyviä kysymyksiä. Haastatteluistani tekee luotettavan niiden anonymisuus, neljän henkilön haastatteleminen, sekä aikuisen ja lapsen näkökulma. Haastattelujen luotettavuutta lisää myös se, että henkilöt vastasivat useimpiin kysymyksiin lähes samalla tavalla. Haastattelujen tulokset vastaavat myös teoriaa. Mielestäni haastattelujen anonymisuus rohkaisi haastateltavia olemaan täysin avoimia ja rehellisiä haastattelu tilanteissa. Lapsen ja aikuisen näkökulma taas antoi laajempaa ulottuvuutta opinnäytetyölleni ja toi esille kaksi erilaista näkökulmaa. (Yli-Luoma 2001, 34-38.)

2.4 Opinnäytetyö prosessi

Palautin ensimmäisen version opinnäytetyöstäni reilu kaksi viikkoa ennen opinnäytetyöseminääriani. Työssäni oli vielä aika paljon korjailtavaa ja suurimmat muutokset olivat otsikoinneissa, sekä haastattelujen purussa. Palautettuani työni ensimmäisen version ajattelin, että siihen tulee vain pieniä muutoksia. Olinkin aluksi yllättynyt vaadittavien korjausten määrästä. Tehtyäni pyydetty korjaukset huomasin valtavan eron vanhan ja uuden työni välillä. Otsikoin teoria osiot uudelleen, lisäsin otsikkoihin alaotsikot ja jär-

jestin kaikki kappaleet sopivampaan ja loogisempaan järjestykseen. Tämän tehtyäni opinnäytetyöstäni tuli paljon selkeämpi ja ammattimaisemman oloinen. Puhuin itsestäni tutkijana ensimmäisen version johdannossa ja pohdinnassa. Muutettuani tutkija sanan minä -muotoon opinnäytetyöstäni tuli helpommin lähestyttävä. Myös haastattelujen teemoitus teki opinnäytetyöstäni helpommin lähestyttävän ja helppolukuisemman. Muutoksilla oli siis todella suuri vaikutus työni kokonaisvaikutukseen, helppolukuisuuteen ja selkeyteen.

Aikataulullisesti aloitin opinnäytetyöni teon mielestäni hieman liian myöhään. Sain työn valmiiksi ajoissa, mutta ajoittain olotilani oli todella uupunut. Lopputulokseen olen kuitenkin tyytyväinen ja mielestäni työstä tuli kattava, monipuolinen ja selkeä. Olen tyytyväinen myös haastatteluihin, sillä haastattelut oli helppo liittää aihealueeseen ja teoriaosioon. Positiivisena seurauksena aikataulun pienestä viivästymisestä seurasi, että opinnäytetyö on kirkkaassa muistissani kokonaisuudessaan. Minulle oli opinnäytetyötä tehdessäni apua siitä, että muistin osa-alueet selkeästi, jonka seurauksena koko työni hahmottaminen helpottui. Yksi tiukahkon aikataulun etu oli, että tein opinnäytetyötäni viikoittain, jonka seurauksena aihe ei paennut ajatuksistani ja sain pidettyä motivaationi kasassa koko opinnäytetyö prosessin ajan.

3 LAPSEN JA VANHEMMAN VÄLINEN VUOROVAIKUTUS

3.1 Perheen arjesta

Ensisynnyttäjien keski-ikä on noussut viime vuosikymmeninä Suomessa. Ihmiset haluavat selkeästi lykätä vanhemmaksi tuloa myöhempään ajankohtaan. Tämä saattaa olla seurausta siitä, että ihmiset ovat tietoisia vanhemmuuteen liittyvästä vastuusta ja he haluavat olla varmoja, että haluavat tulla vanhemmiksi. Nuorten mielestä perheen perustaminen on vastakohta omalle ajalle. Aikaa halutaan antaa mieluummin ystäville, harrastuksille, opiskelulle, työlle, parisuhteelle ja itselle, kuin perheelle. Vanhemmaksi tuleminen paineita lisäävät myös kasvava työttömyys, yhteiskunnan taloudellinen tilanne ja määräaikaisten työsuhteet. (Kyrönlampi-Kylmänen 2010, 111.)

Vanhemmuus on muuttunut paljon esimerkiksi 50-luvun vanhemmuudesta. Molemmissa on puolensa, mutta maailman kehittyessä, vanhemmuus ei monilta osin ole kehittynyt positiiviseen suuntaan. 50-luvulla vanhemmat olivat hyvin johdonmukaisia ja he tiesivät olevansa auktoriteetteja perheessä. He ottivat myös vastuun lapsensa kasvattamisesta. Oli selkeää mitkä asiat olivat aikuisten asioita ja mitkä asiat lasten asioita. Heillä oli myös eräänlainen tiedostamaton käsitys hyväksytyjen kasvatustien olemassaolosta. Toki kasvatuksessa on ollut myös puutteita, mutta yleisesti vanhemmilla oli positiivinen luottamus itseensä vanhempana. (Kalliala 1999, 276-277.)

Vanhemmuuteen kuuluu olla osana lapsen elämää ja lapsen oikeuteen kuuluu olla riippuvainen vanhemmistaan vähintään 20 ensimmäistä ikävuotta. Hyvä vanhempi laittaa lapsen edun omien etujensa edelle ja hänellä on kyky asettua lapsen asemaan, sekä kyky kuunnella lapsen tarpeita. Joissakin perheissä vanhemman oman ajan ja mielihyvän tavoittelu, omat harrastukset, menestyminen ja raha ovat etusijassa, jolloin kyseiset asiat saattavat olla ristiriidassa hyvän vanhemmuuden kanssa. Lapsi tarvitsee rakkautta ja läsnäoloa vanhemmaltaan. Vanhempien tulisi muistaa, ettei kaikkea voi saada samanaikaisesti ja jokaiselle asialle on oma aikansa ja paikkansa. (Kyrönlampi-Kylmänen 2010, 21.)

Hyvään kasvatukseen kuuluu perheen oikeanlainen elämäntapa. Vanhemmalla on valtaa, mutta myös suuri vastuu siitä miten hänen toimintansa vaikuttaa lapseen. Vanhempien tekemät kasvatustalinnat koskevat heitä itseään vain hetkellisesti, mutta heidän lapsiaan valinnat seuraavat läpi elämän. Vanhemmat luovat siis pohjan myös lastensa tulevaisuudelle. (Matilainen 2008, 138.)

Kehityopsykologinen tietous vahvistaa, että lapsen paras ja luonnollisin hoitopaikka on lapsen koti ja hänen paras hoitajansa on lapsen vanhempi. Lainsäädännön mukaan vanhemmalla on mahdollisuus säilyttää työsuhteensa kolmivuotisen hoitovapaan ajan, mutta hyvin harvat vanhemmat käyttävät hyväksi tätä mahdollisuutta. Useilla äideillä ja isillä on kiire päästä takaisin työelämään, vaikkei lapsen etu toteutuisikaan. Vanhemmilla olisi mahdollisuus käyttää hyväkseen myös erilaisia vuorottelu- tai sapattivapaita. Näille vaihtoehdoille olisi hyvä kehittää uusia perhe-elämää palvelevia ratkaisuja, jotka olisivat hieman pehmeämpiä, kuin esimerkiksi hoito-, sapatti- tai vuorotteluvapaat. Lapsi kasvaa nopeasti ja olemalla lapsen kanssa kotona edes hieman pidempään vanhemmalla olisi mahdollisuus kokea lapsen uskomaton kehitys ja mahdollisuus olla osallisena lapsensa arjessa. (Kemppinen & Rouvinen-Kemppinen 1998, 10; Kinnunen 2003, 49.)

On tärkeää, että jokaisella lapsella on koti. Kodin tulisi olla lapselle paikka, jossa hänelle on oma tila ja jonka hän kokee turvapaikakseen. Turvallinen perhe-elämä taas on paras suoja lapselle hänen kohdatessaan haasteita ja vastoinkäymisiä. Turvallisen perhe-elämän luomiseen vanhemmilla tulisi olla yhtenäinen kasvatustinja. Jos kasvatustinja on ristiriitainen, silloin kasvatuksesta tulee epäjohtomukaista, joka vaikuttaa negatiivisesti lapsen kehitykseen. Vanhempien tulisi löytää kultainen keskitie lapsensa kasvatustessa. Lapsen etu vaatii kompromisseja, kärsivällisyyttä ja joustavuutta molemmilta vanhemmilta. Yhtenäisen kasvatustinjan löytäminen ei ole aina helppoa, mutta sen eteen nähty vaiva palkitaan lapsen tasapainoisena kehityksenä. (Kemppinen & Rouvinen-Kemppinen 1998, 150-151.)

Perheen arki koostuu vanhempien työajoista, lasten hoitoajoista, harrastuksista, ulkoilusta, nukkuma- ja ruokailurytmistä. Lapsiperheissä arki koetaan usein hässäkäksi, jossa esiintyvät toistot, rutiinit ja syklistyys. Arki koetaan helposti lähtemisten ja tulemisten

kautta. Tutkimusten mukaan myös lapset kokevat arjen tällä tavoin. Arkeen liitetään helposti negatiivisia mielikuvia ja puheita. Perheellä voi olla vaikeaa löytää yhteistä aikaa arkena, kun taas lomalla yhteistä aikaa on helpompi löytää. Vanhempien olisi hyvä keskittyä siihen, kuinka yhteistä aikaa löydetään myös arjen keskeltä. (Kyrönlampi-Kylmänen 2010, 15.)

Nyky-yhteiskunnan vanhemmat kokevat usein olevansa ylityöllistettyjä työn, kotitöiden ja perherutiinien takia. Vanhemmat asettavat usein perhe- ja parisuhteille suuret vaatimukset. Vanhempien mielestä tunneilmapiirin tulisi olla lähes aina positiivinen ja tasavertainen. He haluavat omaa aikaa, aikaa omalle parisuhteelleen, sekä omille harrastuksilleen. Vanhempien näkökulmasta heillä ei siis ole aikaa tehdä asioita, joita he halusivat tehdä. Yksi nykypäivän vanhemmuuden ongelma on, että tavallinen arki perheen kanssa ei riitä vanhemmille, vaan he hakevat elämyksiä kodin ja arjen ulkopuolelta. Tämä voi johtaa siihen, että vanhemmille syntyy tunne, ettei mikään riitä. Vanhempien tulisikin oppia sietämään arkea ja kehittää uusia aktiviteetteja, jotka liittyvät perheen jokapäiväiseen arkeen. (Kyrönlampi-Kylmänen 2010, 16-18.)

Päivähoidon vaikutuksesta lapseen on useita toisistaan eriäviä mielipiteitä ja tutkimuksia. Päivähoidolla on niin positiivisia, kuin negatiivisia piirteitä lapsen kehitykseen ja kasvuun. Nyky-yhteiskunnassa vanhemmat vievät lapsen usein hyvin varhaisessa iässä päivähoidon ja lapsi on päivähoidossa pitkiä päiviä. Vanhemmat perustelevat pitkiä hoitopäiviä päiväkodin positiivisella vaikutuksella lapseen ja lapsen kasvuun. Aiheeseen liittyy NICHD-projekti, joka tutkii vaikuttaako esimerkiksi päiväkodissa vietetty kodin ulkopuolinen aika lapsen sosioemotionaaliseen sopeutumiseen ja kehitykseen. Projektin tulos osoitti, että päivähoido ei tue lapsen sosiaalista kehitystä, vaan yhteys löytyi negatiivisiin asioihin. Vanhemmat sulkevat silmänsä omilta kokemuksiltaan ja näkemältään. He uskottelevat itselleen, että päivähoido on heidän lapselleen hyväksi, vaikka he näkisivät lapsen olevan hyvin väsynyt, hermostunut tai levoton päivähoidon jälkeen. Päivähoido on hyvä apukeino vanhemmille esimerkiksi heidän ollessa työssään, mutta mahdollisuuksien puitteissa lapsen paras paikka on kotona. (Keltikangas-Järvinen 2010, 207-209.)

Useat vanhemmat sanovat, että heillä on liian vähän yhteistä aikaa lapsensa kanssa. Koti, päivähoito, työ ja harrastukset vievät jokainen oman aikansa ja niiden yhteensovittaminen saattaa vaikuttaa negatiivisesti perheen yhteisiin hetkiin. Työnantajan ja yhteiskunnan myönteinen asenne lapsiperheiden tilanteita kohtaan mahdollisesti lisäisi perheen mahdollisuutta yhteisen ajan lisääntymiseen. Vanhemmilla olisi mahdollisuus lisätä yhteistä aikaa myös esimerkiksi ottamalla lapsi mukaan arkisiin askareisiin. Askareiden lomassa lapsi näkee millaisia asioita vanhemmat tekevät kotona, lapsi saa itse kokeilla miten kyseisiä asioita tehdään ja vanhempi, sekä lapsi voivat viettää aikaa yhdessä. Positiivisena seurauksena lapsi nauttii arkisten askareiden teosta ja hänen muistiinsa jää työnilo hänen tekemistään asioista. Lapsella on tapana luovuttaa hänelle annettujen velvollisuuksien kanssa, jos vanhempi ei ohjaa tai valvo häntä. Vanhemman tulee valvoa lastaan siten, että lapsi saa hoidettua tehtävänsä tai toimintansa. Vanhemman valvonta luo lapselle tunteen, ettei ole samantekevää hoitaako hän tehtävänsä vai ei. Vanhempien ei kannata olettaa, että lapset tekisivät velvollisuutensa mielellään tai oma-aloitteisesti, sillä he ovat kuitenkin lapsia. Tämän vuoksi vanhemmat ovat ohjaamassa lasta oikeaan suuntaan. (Kinnunen 2003, 80-81; Kaikkonen & Mäki & Hakulinen-Viitanen & Markkula & Wikström & Ovaskainen & Virtanen & Laatikainen 2012, 50.)

Nyky-yhteiskunta on siirtynyt tilastojen mukaan perhekeskeisestä elämästä työkeskeiseen elämään. Perhettä perustaessaan vanhempien tulisi ymmärtää, että lapset ovat osa heidän jokapäiväistä elämäänsä. Monissa perheissä työ vie kuitenkin niin paljon aikaa ja voimavaroja vanhemmilta, että yhteinen aika ja tekeminen lasten kanssa kärsii. Vaarana on myös, etteivät vanhemmat kuule tai huomaa kiireidensä keskeltä lasten tarpeita aivan perustarpeista lähtien. Mikään työ ei saisi olla niin arvokasta, etteivät vanhemmat jaksa enää huomioida työn ulkopuolella lastaan. Joidenkin perheiden vanhemmat, eivät viihdy kotona, koska siellä on tietynlaisia velvollisuuksia, jotka tulee hoitaa. Jotkut vanhemmat taas kokevat, että heitä tarvitaan enemmän töissä, kuin kotona. Lapsi kuitenkin tarvitsee vanhempansa ja vanhempien tulisi ymmärtää oman roolinsa tärkeys lapsen elämässä. (Kinnunen 2003, 29-30.)

3.2 Vanhemman vaikutus lapsen hyvinvointiin ja kehitykseen

Pohjana lapsen kehitykselle on luottamus omaan vanhempaan. Lapsen ensimmäisen elinvuoden aikana lapsen ja vanhemman välille syntyy kiintymyssuhde, jolla on myöhemmin vaikutusta myös lapsen tuleviin suhteisiin. Kiintymyssuhde vaikuttaa lapsen myöhempiin suhteisiin, kuten esimerkiksi ystävyyssuhteet, suhteet leikkikavereihin, sekä aikuisiän parisuhteet ja oma vanhemmuus. Kiintymyssuhteen avulla pyritään selittämään lapsen myöhempiä sosiaalisia suhteita, sekä vaikutusta hänen sosiaaliseen kehitykseensä. Lapsi tarvitsee vähintään yhden täysin sitoutuneen vanhemman, johon lapselle on jatkuva ja luotettava kiintymyssuhde. Hyvä kiintymyssuhde vaikuttaa positiivisesti lapsen itsehillinnän, perusluottamuksen ja itsetunnon kehitykseen. Se saa lapsen myös tuntemaan olevansa rakastettu ja arvokas. Kylmä tunneilmapiiri perheessä saattaa vaikuttaa lapseen siten, ettei lapsi uskalla ilmaista tunteitaan. Tällaisessa ympäristössä lapsen ja vanhemman kiintymyssuhteesta muodostuu välttelevä kiintymyssuhdemalli. Kyseinen malli on hyvin tyypillinen Suomessa ja muissa Pohjoismaissa. Vanhempien tulisi kiinnittää huomiota heidän ja lapsensa väliseen kiintymyssuhteeseen, sillä yhteiskunnassa yleistynyt välttelevä kiintymyssuhdemalli ei ole hyväksi lapsen kehitykselle. (Juusola 2011, 113-114.)

Lapsen luottamus vanhempiin heijastuu koko lapsen kehitykseen ja on pohja lapsen hyvälle elämälle. Lapsen kehityksen kannalta perhedynamiikan tulisi olla toimivaa. Toimivan perhedynamiikan tärkein peruskivi on arvostus. Dynamiikka muuttuu jatkuvasti, joten vanhemmilla on mahdollisuus vaikuttaa positiivisesti muutoksiin ja muuttaa dynamiikkaa oikeaan tai toimivampaan suuntaan. Toimivaan perhedynamiikkaan kuuluvat arvostuksen lisäksi avoimuus, myötätunto, luottamus, selkeä viestintä, tehtävien jako, pysyvyys, yhteenkuuluvuus ja itsenäisyys. Jokainen osa-alue on tärkeä perheen toimivuuden ja jaksamisen kannalta. Molempien vanhempien tulisi ottaa asioista tasapuolisesti vastuuta, etteivät asiat kuormittaisi liikaa toista vanhemmista. Koko perheen tulisi tuntea ilmapiiri, jossa asioista saa puhua täysin rehellisesti ja pelkäämättä muiden arvosteluja. (Juusola 2011, 110-111.)

Lapsen oma perhe on suurin vaikuttaja hänen vuorovaikutuksensa kehitykseen, itsetunnon kasvamiseen, tunne-elämän kypsyyteen ja sosiaaliseen kanssakäymiseen. Lapsi saa

vaikutteita myös muualta lähipiiristään, kuten päiväkodista, muilta lapsilta ja muilta läheisiltä aikuisilta. Vanhempien tulisi muistaa, että heillä on suurin mahdollisuus vaikuttaa lapseensa kyseisissä asioissa. Lapset oppivat mallioppimisen kautta. Lapsen tulisikin oppia vanhemmiltaan miten ja miksi toimitaan tietynlaisissa tilanteissa. Myös vanhempien äänensävyllä ja lauseilla on suuri merkitys lapsen oppimisessa. (Kemppinen & Kemppinen-Rouvinen 1998, 75-189.)

Elekielen merkitys korostuu perheissä, jossa vanhemmat puhuvat lapsille vähän. Eleelä, katseella tai äänensävyllä on mahdollista ilmaista tunteita jopa tehokkaammin, kuin sanojen avulla. Katse tai eleet eivät valehtelee, vaikka vanhempi sanoisikin päinvastaista, kuin tarkoittaa. Vihaa on helppo ilmaista pelkän elekielen, äänensävyn tai katseen keinoin. Joskus vihainen tai halveksuva katse voikin olla lapselle pahempaa, kuin sanat, joita vanhempi käyttää. Ristiriitainen viestintä hämmentää ja ahdistaa lapsia. Lapset ovat varuillaan ja valppaina ristiriitaisissa kommunikaatio tilanteissa. Jos sanat ja katseet tai elekieli eivät viestitä samasta reaktiosta. Vanhempien tulee kiinnittää huomiota omaan elekieleen ja katseisiinsa, sillä jo pieni lapsi ahdistuu vanhemman epäselvästä kommunikaatiosta. Vanhempien tulee muistaa, että vaikka heidän puheensa muuttuminen ei lapsen perusolemusta muuta, se muuttaa vähitellen heidän omaa suhtautumistaan lapseen. (Sinkkonen 2008, 93-177; Hillilä & Räihä 2009, 47.)

Jokaisella lapsella on syntyessään oma temperamentti. Temperamenttia ei voi muuttaa kasvatuksen avulla, mutta temperamenttia voidaan ohjata oikeaan suuntaan. Vanhemmalla on mahdollisuus ohjata lapsen temperamenttia positiiviseen suuntaan ja samalla kehittyy myös lapsen persoonallisuus. Temperamenttiin vaikuttaa myös muu ympäristö ja ihmiset, joiden kanssa lapsi viettää aikaa. Lapsen omalla sosiaalisuudella ei ole vaikutusta hänen kehitykseensä. Hyvään kehitykseen vaikuttaa se miten vanhemmat vastaavat ja reagoivat lapsen sosiaalisuuteen. Ujo lapsi saattaa olla haaste vanhemmille. Heillä ei välttämättä ole taitoa kuinka ujon lapsen kanssa tulee toimia. Vanhemmat yrittävät saada lasta olemaan rohkeampi tai he jättävät lapsen omaan seuraansa, koska luulevat, ettei lapsi halua olla muiden ihmisten seurassa. Vanhempien tulisi muistaa, että ujous ei tarkoita sitä, että lapsi haluaisi eristäytyä muusta seurasta. Häntä on vain ohjat-

tava ja rohkaistava liittymään muiden seuraan, sekä yhteiseen ajan viettoon. (Keltikangas-Järvinen 2010, 38-44.)

Heti lapsen synnyttyä useissa vanhemmissa alkaa näkyä malttamattomuus, joka kohdistuu lapsen kehitykseen. He eivät luota siihen, että lapsi kehittyy omaa vauhtiaan, vaan käyttävät apunaan tavaroita, kuten esimerkiksi riippuistuimia ja kävelytuoleja, jotka nopeuttavat kehitystä. On hyvä, että vanhemmat kiinnittävät huomiota lapsen kehitykseen, kunhan he muistavat antaa lapselle tilaa kehittyä myös hänen omassa tahdissaan. Nykypäivän haasteena on oikeiden olosuhteiden luominen lapsen oma-aloitteiselle kehitykselle. Tilanteet ovat usein kodeissa rauhattomia ja vanhemmat luovat kiireellistä ilmapiiiriä. Näissä olosuhteissa lapsella ei välttämättä ole aikaa kehittyä itsenäisesti, eikä kukaan ole opastamassa häntä asioissa. Vanhempien tulisi antaa lapselle rauhallista tilaa oppia uusia asioita ja opastaa lasta aina tarpeen mukaan. (Jantunen & Lautela 2009, 132.)

Erään tutkimuksen mukaan lapsen perushoivassa on useasti todella suuria puutteita. Tutkimuksessa todettiin, että usean lapsen hygieniatasossa ja ravinnonsaannissa oli parantamisen varaa. Lapsilla on likaisia tai haisevia vaatteita, hiukset saattavat olla likaiset tai takkuiset, lapsi saattaa haista tai hänen kätsensä ja ihonsa ovat jatkuvasti likaiset. Vanhemmat eivät voi odottaa, että lapsi huolehtii itse hygieniastaan, vaan häntä on ohjattava ja autettava. Vanhempien on otettava vastuu lapsensa perushoivasta. Osasyynä nykypäivän huonovointisuuteen lasten osalla saattaakin olla perushoivan puutteet. Lapset eivät mahdollisesti saa tarpeeksi ravintoa oikeaan aikaan, heidän hygieniassaan on korjaamisen varaa, he saattavat nukkua ja ulkoilla liian vähän, sekä viettää aivan liian paljon aikaa median parissa. Lapsen hyvinvoinnin kannalta onkin siis vanhempien tehtävä pitää hyvää huolta lapsen perushoivasta. (Sinkkonen 2008, 24-26.)

Vanhempien tulisi pitää kiinni säännöllisestä rytmistä, sillä se edistää lapsen hyvinvointia. Säännölliset ruokailu- ja nukkuma-ajat tasapainottavat lapsen arkea ja sitä kautta helpottavat vanhempien elämää. Säännöllinen rytmi vaatii vanhemmilta sitoutumista, sekä johdonmukaista käytöstä. Lapsella ei ole taitoa joustaa rytmin kanssa, joten on vanhemman tehtävä huolehtia rytmin jatkuvuudesta. Oikeanlainen päivärytmi keventää

myös vanhemman vapaa-aikaa, sillä rytmin avulla lapsen hoitaminen on helpompaa ja nukkumarytmin avulla vanhemmille jää hieman vapaa-aikaa iltaisin ja lapsen ollessa päiväunilla. Rytmä vaikuttaa positiivisesti lapsen sosiaaliseen ja henkiseen kehitykseen ja luo lapselle vahvan perusturvallisuuden tunteen. (Matilainen 2008, 53-86.)

3.3 Lapsen ja vanhemman vuorovaikutuksesta

Vanhemman yksi tärkeimmistä tehtävistä on olla läsnä lapsen elämässä. Vanhemman tulisi luoda lapselle turvan tunne, jolloin lapsen olisi helppoa kokea ja tehdä uusia asioita. Vanhemman tulisi olla läsnä, kuunnella lasta, sekä vastata lapsen kysymyksiin ja ohjata lasta tarvittaessa. Parhaassa tapauksessa lapsi ja vanhempi voivat molemmat oppia toinen toisiltaan. Tunne pysyvyydestä on lapselle tärkeää. On väärin, jos vanhemmat väittävät puolen tunnin yhdessä olon riittävän lapselle päivittäin silloin, kun se tapahtuu lapsen ehdoilla. Lapsi tarvitsee jatkuvasti vanhempaansa, sillä hänellä ei ole mahdollisuutta vetäytyä heidän suhteestaan. Hänellä ei ole keinoja pakottaa vanhempaa mihinkään ja hän tarvitsee vanhempaansa selviytyäkseen. Vanhempien tulisi muistaa, etteivät he voi vetäytyä pois hoivasuhteesta, sillä lapsi ja lapsen hyvinvointi on heidän vastuullaan. (Hillilä & Räihä 2009, 51-59; Keltikangas-Järvinen 2010, 159.)

Yhteenkuuluvuuden tunne vanhemman ja lapsen välillä muodostuu yhteisestä tekemisestä ja yhdessä olosta. On siis tärkeää, että vanhemmalla ja lapsella on riittävästi yhteistä tekemistä. Kaiken tekemisen ei kuitenkaan tarvitse olla yhteistä ja on hyvä, että vanhemmilla on omaa aikaa omien asioidensa tekemiseen, kuten myös lapsella omaa aikaa omiensa tekoon. Tutkimukset ovat osoittaneet, että vanhemman ja lapsen välinen yhteinen tekeminen on kuitenkin vaikeaa monille vanhemmille. He eivät tiedä mitä yhdessä voi tehdä tai heillä ei ole aikaa tai motivaatiota tehdä asioita yhdessä lapsen kanssa. Voidaan kuitenkin todeta, että viitseliäävät vanhemmat keksivät paljon yhteistä tekemistä lapsensa kanssa arkisista askareista suunniteltuun toimintaan. (Hillilä & Räihä 2009, 72-73.)

Vanhemman ja lapsen välinen fyysinen kontakti ei tarkoita automaattisesti sitä, että lapsi ja vanhempi ovat keskenään vuorovaikutuksessa. Fyysisesti samassa tilassa olo ja fyysinen yhdessä tekeminen ei takaa henkisen vuorovaikutussuhteen syntymistä. Usein onkin helpompaa kohdata lapsi fyysisesti, kuin henkisesti. Vanhempien tulisi pyrkiä saamaan hänen ja lapsensa välille turvallinen ja luja vuorovaikutussuhde, joka auttaisi heitä molempia kohtaamaan toisensa paremmin. Hyvien vuorovaikutustaitojen avulla vanhemman on helpompaa säilyttää myönteinen ote kasvatukseen ja hyvät vuorovaikutustaidot auttavat häntä myös ratkaisuja tehdessä. Jos lapsi ei saa muodostettua hyvää vuorovaikutussuhdetta vanhempiinsa, hän turvautuu muihin elämässään oleviin suhteisiin. Lapsen kasvaessa ja turvautuessaan muihin suhteisiin vaarana voi olla lapsen ajautuvan seuraan, joka ei ole hänelle hyväksi. (Kempainen & Rouvinen-Kempainen 1998, 89.)

Lapsen ja vanhemman välinen osallisuus on yhdessä tekemistä, sekä aitoa kohtaamista ja kiinnostusta toisen ihmisen tärkeäksi kokemista asioista ja ajatuksista. Osallisuus ei tarkoita sitä, että vanhemman pitäisi antaa lapsen päättää asioista. Osallisuus tulee esille parhaimmillaan, kun lapsi ja vanhempi ovat tasavertaisia ja tekevät päätökset yhdessä. Osallisuus on sitä, että lapsi huomaa valinnoillaan ja teoillaan olevan vaikutusta hänen perheeseensä, sekä muuhun lähiyhteisöön. Pienen lapsen osallisuutta voidaan auttaa esimerkiksi opettamalla lasta tunnistamaan tunteitaan, ajatuksiaan ja mielipiteitään, sekä tekemään oikeanlaisia valintoja itseensä tai muihin liittyen. Lapsen olisi tärkeää oppia nimeämään tunteitaan jo varhaisessa iässä ja varsinkin aluksi he tarvitsevat tunteidensa nimeämisessä avuksi vanhempiaan. Osallisuuden ei tarvitse olla mitään isoa tai ihmeellistä. Lapselle tärkeintä osallisuudessa on, että häntä kuunnellaan ja vanhemmat ovat läsnä hänen arjessaan. (Lapsen ääni -tarina minulta 2011, 8-30.)

Sanalla kasvatustarve on ristiriitainen merkitys nyky-yhteiskunnassa. Vanhemmat puhuvat kasvattamisesta, mutta samalla he haluavat nähdä suhteen lapseensa mieluummin kaverisuhteena, kuin kasvatussuhteena. Vanhempi ei saa kohdella lasta kaverina, sillä sen seurauksena lapsi haluaa samat oikeudet kuin kaveri. Kaveri saa syödä, leikkiä, peseytyä ja nukkua milloin haluaa. Vanhempi ei pysty vaikuttamaan kaverin elämään, mutta oman lapsensa elämään vanhemman tulee vaikuttaa. Osalta vanhemmista on kadonnut

luotto omaan päätösvaltaansa. Heidän tulisi ymmärtää, että päätösten tekeminen ja niistä kiinni pitäminen on lapsen etu. Vanhempien epävarmuus kasvatusta kohtaan luo kysymyksen mitä annettavaa vanhemmilla on lapsilleen? Ääripäässä ovat vanhemmat joiden arvot, tiedot, taidot ja käyttäytymismallit voidaan nähdä jopa haitallisena ajatellen lapsen kasvua ja kehitystä. Vanhempien tulee muistaa, että he ovat kasvattajia, jotka luovat säännöt ja toimintatavat lapselle. (Kemppinen & Rouvinen-Kemppinen 1998, 88; Kalliala 1999, 29-30.)

Tasa-arvo ajattelun myötä osalle vanhemmista on kehkeytynyt ajatus, että lapsi on tasavertainen keskustelukumppani vanhemman kanssa. Näissä perheissä lapsen mielipide on yhtä merkittävä kuin aikuisen. Riitatilanteissa lapsen kanssa neuvotellaan aina ja lopputuloksena on ratkaisu, jossa molemmat voittavat. On hyvä asia, että vanhemmat ottavat lapsen mielipiteen huomioon ja kuuntelevat lasta. Lapsi ei kuitenkaan voi olla tasavertainen neuvottelukumppani, sillä hän ei osaa arvioida kaikissa tilanteissa omaa etuaan. Jotkin asiat ovat neuvoteltavissa lapsen kanssa, mutta on myös asioita, joihin vanhempien tulee määrittää rajat. Liiallinen kysely ja neuvottelu lapsen kanssa kuvastavat nykypäivän epäröivää kasvatuskulttuuria ja saattaa aiheuttaa lapselle pahoinvointia, sillä lapselle kerätään henkistä kuormaa, jota hän ei jaksakaan vielä kantaa. (Kinnunen 2003, 26-27.)

Joissakin perheissä vanhemmat antavat lapsilleen liikaa valtaa päättää asioista. Lapsille saatetaan antaa myös todella paljon vaihtoehtoja, jotka todellisuudessa vain sekoittavat tilannetta. Lapsille annetaan myös valta neuvotella asioista, joiden tulisi olla automaattisesti vanhempien päätettävissä. Näitä asioita ovat esimerkiksi pukeminen, syöminen, nukkumaanmeno, kylpeminen ym. Arki ei ole aina helppoa, kuten ei myöskään rajoista ja päätöksistä kiinni pitäminen. Lasten ei kuitenkaan tule päättää arjen kulusta, vaan vanhempien tulee luoda lapselle sopivat raamit, sekä selkeät säännöt, joista jokainen perheessä pitää kiinni. (Kalliala 1999, 213-215.)

Vanhemmista on usein haastavaa asettaa lapselleen rajoja. He eivät välttämättä tiedä mihin, miksi, miten ja kenen kanssa rajat tulisi asettaa. Nyky-yhteiskunnassa on esillä myös kaksi ääripäätä. On vanhempia, jotka hemmottelevat lapsiaan ja vanhempia, jotka

eivät välitä. Vanhempien olisi tärkeää löytää tasapaino näiden ääripäiden väliltä. Lapsi tarvitsee rajoja. Rajojen asettaminen ja niiden noudattaminen kertovat välittämisestä ja ovat olennaisia asioita lapsen hyvälle kehitykselle. Johdonmukaisuus on tärkeää hyvän vanhemmuuden kannalta. Useat vanhemmat kokevat johdonmukaisuuden olevan yksi vaikeimmista asioista vanhemmuudessa. Heidän mielestään on vaikeaa pysyä kannassaan ja pitää kiinni edes muutamista selkeistä kasvatuseriaa-
teista. Vanhempien tulee tietää mitä he haluavat lapselleen opettaa, sillä useat vanhemmat opettavat lapselleen aivan muuta, kuin mitä heillä on tarkoitus heille opettaa. Vanhempien tulee selkeyttää itselleen mitä he lapselleen opettavat, jonka jälkeen heidän on helpompaa kiinnittää huomiota omaan johdonmukaisuuteensa. (Kalliala 1999, 31; Hougaard 2005, 85.)

4 LEIKKI, LIIKUNTA JA HARRASTUKSET OSANA LAPSEN ELÄMÄÄ

4.1 Leikki lapsen kehitystehtävänä

Leikin määrite on todella laaja. Siinä yhdistyy useita eri elementtejä, kuten esimerkiksi tarinat, vitsit, laulut, matkiminen, äänteleminen ja kieli. Lapsella on taito käyttää leikeissään apuna häntä ympäröivää maailmaa. Leikki voi olla vapaata tai ohjattua tilanteen mukaisesti. Mielikuvitus- ja roolileikit ovat tärkeitä leikin osa-alueita. Roolileikit ovat hyvä esimerkki lapsen mielikuvituksen käytöstä. Mielikuvituksen kehittyminen lapsuudessa on tärkeää myös aikuisuutta ajatellessa. Ihminen tarvitsee mielikuvitusta erilaisissa suunnittelu tilanteissa, tehdessä johtopäätöksiä ja päätellessä asioita. Vanhempien olisi tärkeää olla estämättä lapsen mielikuvituksen käyttöä. Totuudessa tulee toki pysyä, muttei ole pahitteeksi antaa lapsen elää myös välillä mielikuvitusmaailmassa, kunhan siitä ei ole lapselle, hänen kehitykselleen tai muille haittaa. (Kinnunen 2003, 72-73; Pelastakaa Lapset 2011, 21.)

Kiireinen ilmapiiri on yleistynyt nyky-yhteiskunnassa. Ihmisten tulee suoriutua työelämässä useista eri asioista nopealla aikataululla ja tästä kumpuava kiireinen asenne saattaa myös jatkua kotona. Kiireisten vanhempien tulisi pysähtyä, katsella, kuunnella ja yrittää aidosti ymmärtää lastensa leikkiä, jolloin se toisi myös heidän elämäänsä suurta iloa ja onnea. Tällöin aikuisen olisi myös helpompaa ymmärtää lapsen maailmaa ja olla osana sitä. Yhteiset leikkihetket auttaisivat vanhempia tuntemaan lastaan paremmin ja luomaan vahvempaa yhteyttä heidän välilleen. Lasten kanssa leikkiminen voi olla myös ainoa keino todella ymmärtää leikin tärkeys. Lasten ja vanhempien yhteinen leikkiminen tulisi olla jatkuvasti osana perheen arkea. (Kahri 2003, 6; Jantunen & Lautela 2009, 141.)

Leikki on tärkeä osa lapsen arkea ja sen tulisi kuulua arkeen yhtä olennaisesti, kuin perushoito. Joskus arki voi tuntua todella raskaalta, mutta ehkä leikki saattaisi auttaa tähän ongelmaan, sillä se saattaa virkistää myös aikuisen mielen. Kun lapsi voi hyvin, silloin myös vanhemmilla on helpompi voida hyvin. Leikki on tärkeää myös lapsen hyvin-

voinnin ja psyykeen kannalta. Jokainen lapsi osaa leikkiä, kunhan hänelle annetaan mahdollisuus siihen. (Kahri 2001, 6-11.)

Leikki vahvistaa ja kehittää lasta kokonaisvaltaisesti. Siinä ovat mukana lapsen aistit, mielikuvitus, toiveet, pettymykset, pelot, keho, tunteet, ajattelu, muistot jne. Leikin kautta lapsella on mahdollisuus työstää kokemuksiaan, sillä lapset käyttävät leikeissään oman elämänsä asioita ja mielessä olevia ajatuksia. Leikin tärkeyttä kuvaa hyvin sanonta lapsi on terve, kun se leikkii. Lapsi saa leikistä suurta nautintoa ja tarvitsee leikkiä jokaisena ikäkautenaan. (Kahri 2001, 18; Kahri 2003, 40.)

Olennaisinta leikissä, on sen merkitys lapselle. Leikki parantaa lapsen elämänlaatua, lisää yhteenkuuluvuuden tunnetta, sekä edistää lasten keskinäistä vuorovaikutusta ja kehittää sosiaalisia taitoja. Vanhempien tulisi muistaa myös vapaan leikin suuri merkitys lapsen elämässä. On hyvä, jos vanhemmat järjestävät lapselleen toimintaa, kunhan sitä ei ole liikaa. Esimerkiksi harrastukset, median käyttö yms. saattavat viedä aikaa lapsen vapaalta leikiltä. Lapsi ei voi leikkiä liikaa, joten vasta leikin loputtua vanhempien tulisi miettiä mitä lapsi voisi tehdä seuraavaksi. Vapaa leikki on tärkeää myös lapsen kehitykselle, sillä se vaikuttaa positiivisesti lapsen sosiaalisiin taitoihin, mielikuvitukseen, ajatteluun ja se ehkäisee oppimisvaikeuksia. (Pelastakaa Lapset 2011, 20; Juusola 2011, 141.)

Leikin syntyminen edellyttää lapsen kokevan ympäristönsä turvalliseksi. Hän tarvitsee myös turvallisia aikuisia ympärilleen, jotta uskaltautuu leikin maailmaan täydellä kapasiteetillaan. Vanhempien tulisi tukea lapsen leikkimistä mahdollistamalla hänelle oikeanlainen leikkiympäristö, sekä hankkimalla leikkeihin tarvittavia välineitä. Tavarantoiminnan ja vanhempien suunnittelema valmis ohjelma saattavat häiritä lapsen leikkiä. Vanhempien tulisi muistaa jättää tilaa lapsen mielikuvitukselle. Liiallinen tavara ja lelut saattavat viedä lapselta myös mahdollisuuden toteuttaa leikkejään ahtauden tai tilan puutteen vuoksi. Lasta tulisi kuitenkin tukea hänen tarvitessaan leikkeihinsä esimerkiksi askarteluvälineitä tai joitakin muita samankaltaisia asioita, joita vanhemmilla on mahdollista antaa lapselle. Erilaisten tarvikkeiden avulla lapsella on mahdollisuus halutes-

saan viedä leikki uudelle tasolle ja kehittää sitä. (Kalliala 1999, 258; Kinnunen 2003, 69; Jantunen & Lautela 2009, 143-144; Juusola 2011, 143.)

4.2 Leikin rooli lapsen elämässä

Muuttuneen kasvatuskulttuurin vaikutukset näkyvät enimmäkseen esimerkiksi lasten arkirooteissa, mutta vaikutus näkyy vahvasti myös siinä millaisia leikkejä lapset leikkivät. Lapset käyttävät ajatusmaailmaansa hyödyksi leikkiessään ja heidän ajatusmaailmaansa puolestaan vaikuttaa heidän kasvatuskulttuurinsa. Vanhemmilla on suuri rooli lapsen leikkimisen muodostumisessa. Vanhempien positiivinen panos lapsen leikkeihin on aina lasta kehittävä asia. Leikin asema on muuttunut suuresti maailman ja kasvatuskulttuurin muuttuessa. Joissakin perheissä lasten ja aikuisten välinen raja on hämärtynyt, eikä kasvatus mene oikeiden arvojen ja normien mukaisesti. Näissä perheissä myös leikin tulevaisuus on vaarassa. Vanhempien tulisi muistaa, että lapsen leikin toteutumiselle on luotava edellytykset. Leikille on annettava tilaa ja aikaa, sekä mahdollisuuksien mukaan henkistä ja aineellista materiaalia leikkeihin. Lapsi oppii leikkimällä, joten leikin merkitystä ei voi korostaa liikaa lapsen elämässä. (Kalliala 1999, 290-300.)

Vanhemman olisi tärkeää tunnistaa lapsensa leikkiaikomukset, jotta hänellä oli mahdollisuus tukea lapsen leikkiä parhaansa mukaan. Vanhemman ei ole kuitenkaan tarpeen puuttua lapsen toimivaan leikkiin. Lapsen leikkiin puututtaessa tulisi muistaa olla hyvin hienovarainen, sillä lapsi pitää omaa leikkiään täydellisenä. Tarpeen mukaan vanhempi voi antaa vinkkejä lapselle, sekä tukea lasta, jos leikki ei suju. Yksi hyvä vanhemman toimitapa on havainnoida lapsen leikkiä. Sen avulla vanhempi voi tarvittaessa auttaa lasta eteenpäin leikissä samalla, kun havainnoiminen auttaa vanhempaa ymmärtämään lapsen leikitottumuksia. Nykyään on perheitä, joissa alle kymmenvuotias lapsi on lopettanut leikkimisen. Kyseisten lasten vanhempien tulisi kannustaa ja ohjata lastaan leikkimään, sekä käyttää kaikki mahdolliset keinot leikin takaisin tuomiseen lapsen elämään. Leikki kuuluu lapsuuteen ja lapsen oikeanlaiseen kehitykseen. (Jantunen & Lautela 2009, 157-160.)

Lasten ja vanhempien yhteisen leikin tärkeyden korostaminen ei tarkoita sitä, että vanhempien tulisi aina olla leikkivalmiudessa. Heidän tulisi kuitenkin ohjata lasta oikeaan suuntaan leikin aloittamisessa, sekä antaa lapsille lupa olla hassuja, käyttää mielikuvitusta, sekä rohkaista heitä leikkimään. Vanhempi ei saisi myöskään yrittää väkivallalla muuttaa lapsen leikin suuntaa, jos leikki on toimiva. Usein lapselle riittää, että vanhempi on läsnä. Vanhempi voi esimerkiksi tehdä kahta asiaa yhtä aikaa, kuten laittaa ruokaa ja olla lapsen leikissä mukana leikkimällä henkilöä, joka laittaa ruokaa. Joskus lapselle riittää myös se, että vanhempi on fyysisesti samassa tilassa lapsen kanssa ja tarvittaessa vastaa lapsen kysymyksiin ja on kiinnostunut hänen tekemisistään. (Kahri 2003, 6-7; Sinkkonen 2008, 243-244.)

Kodin askareet ovat oiiva leikin aihe lapsille. Lapsia olisikin hyvä ottaa mukaan kodin erilaisiin askareisiin, kuten esimerkiksi ruoanlaittoon, siivoamiseen, auton renkaiden vaihtoon tai astioiden pesuun. Näistä asioista lapsella on mahdollisuus poimia haluamansa asiat ja käyttää niitä leikkiensä aineksina. Tällaiset leikin aiheet ovat usealla tapaa kehittävämpiä, kuin leikin aiheet, joita lapset saavat esimerkiksi mediasta tai harrastuksista. Vanhemmat saattavat joskus tahattomasti keskeyttää lapsen leikin avaamalla televisiosta tulevan lastenohjelman tai ehdottamalla lapselle jotakin muuta virikettä, jota vanhempi itse pitää hyvänä. Lapsen leikkiessä vanhemman tulisi kuitenkin muistaa antaa lapsen leikkiä ja ehdottaa virikettä vasta leikin lakattua. (Jantunen & Lautela 2009, 158-159.)

Useat vanhemmat kannustavat ja ohjaavat lastaan hakemaan vapaa-aikanaan leikkikavereita. Osalla vanhemmista tämä on ele siitä, että he ajattelevat lapsen saavan enemmän iloa leikkikaverista, mutta osa vanhemmista ajattelee pääsevänsä itse helpommalla järjestäessään lapselle seuraa. Joidenkin perheiden vanhemmat taas olettavat automaattisesti lastensa leikkivän keskenään, jos perheessä on useita lapsia. Vanhemmat saattavat myös kokea, etteivät he osaa leikkiä lastensa kanssa mitään. Heidän tulisi ymmärtää, ettei leikkiminen aina tarkoita sitä, että vanhemman pitää leikkiä fyysisesti esimerkiksi barbeilla, autoilla tai lelufiguureilla. Joskus pelkkä vanhemman läsnäolo riittää lapselle. (Kalliala 1999, 250-252.)

Nykyään lapsilla on usein paljon leluja. Monet leluista jäävät lähes käyttämättömiksi ja vievät vain tilaa perheen kodissa. Lelut ovat myös suuria riidanaiheuttajia useiden vanhempien ja lasten välillä, sillä ne saattavat lojua ympäriinsä ja olla jokaisen perheenjäsenen tiellä. Kun leluja on liikaa, eivät lapset osaa iloita kauaa uusistakaan leluista. Vanhempien olisi hyvä muistaa, että lelut eivät ole pelkästään kaupoista ostettuja tavaroita. Leluina voi käyttää lähes mitä vain, kunhan käyttää mielikuvitusta. (Kalliala 1999, 257-258; Kinnunen 2003, 71.)

4.3 Liikunnan ja harrastusten vaikutus lapsen vapaa-aikaan

Liikkuminen kehittää ajattelu- ja muistitoimintoja ja vahvistaa verenkierto- ja hengityselimistöä muiden hyötyjen lomassa. Se myös ehkäisee oppimisongelmia, liikuntaelin-sairauksia, mielenterveysongelmia ja ylipainoa. Liikunta on välttämätöntä lapsen normaalin kehityksen, sekä hyvinvoinnin kannalta ja tukee lapsen fyysistä kasvua ja kehitystä monella tapaa. Lapsi tarvitsee reipasta liikuntaa vähintään kaksi tuntia päivässä, mutta liikunnan kokonaismäärä voi koostua esimerkiksi useista kymmenen minuutin pätkistä. Vähintään kahden tunnin liikunta suositus perustuu kansainvälisiin tutkimuksiin ja se on myös suomalaisen tutkijajoukon yhteinen suositus. Lapsen liikkumisen tulee olla monipuolista ja liikuntaa voi toteuttaa myös arkisten askareiden parissa. Kahden tunnin reippaaseen liikkumiseen lasketaan esimerkiksi leikkiminen, perheen kauppareissut ja perheen kanssa touhuaminen. (Kaikkonen & Mäki & Hakulinen-Viitanen & Markkula & Wikström & Ovaskainen & Virtanen & Laatikainen 2012, 128; Posket pu-naisiksi, 1-6.)

Pienten lasten liikkumisessa on lähtökohtana todella yksinkertaiset toiminnot. Liikkues-sa lapsi samanaikaisesti kuvittelee, ajattelee ja toimii. Liikkumisella ja kehon käyttämi-sellä on vaikutusta lapsen ajatteluun ja oppimiseen. Liikunta vaikuttaa suuresti myös lapsen hermostoverkoston organisointiin. Lapset tuntevat vetovoimaa liikuntaa kohtaan, joten liikunnan tulisi olla yksi lapsen päätoiminnoista. Erilaisten liikuntaharjoitteiden ja liikkeiden toistaminen on keskeisintä lapsen oppimisessa. Tämä on sekä mahdollisuus, että haaste vanhemmille. Toistaminen vaatii vanhemmalta suurta kärsivällisyyttä, mutta

kärsivällisyys palkitaan lopulta lapsen oppiessa uusia asioita ja kehittyessä jo opituissa asioissa. (Helenius 2001, 199-208.)

Lapsen liikkuminen ei ole enää nykyään vanhemmille itsestäänselvyys, mutta se on välttämätöntä lapsen kehityksen ja hyvinvoinnin kannalta. Vanhempien tulisi kannustaa ja opastaa lasta liikkumaan, sillä lapsena opitut liikuntatavat seuraavat usein aikuisuuteen asti. On haasteellista mitata lapsen liikunta-aktiivisuutta ja suurimman haasteen luo lapsen fyysisen kokonaisaktiivisuuden mittaaminen. Erityisesti pienten lasten liikunta on hyvin leikinomaista ja spontaania, joten se luo oman haasteensa mittauksiin. Mittausten haasteista huolimatta tutkimuksista käy selkeästi ilmi, että lastenneuvolassa ja kouluterveydenhuollossa olisi ilmeinen tarve liikuntaneuvonnan tehostamiseen. (Kaikkonen ym. 2012, 133-134; Posket punaisiksi, 1.)

Jokaisen kodin läheltä löytyy liikuntapaikkoja, kun katsomme ympäristöä lapsen silmin. Lapselle tärkeimpiä liikuntapaikkoja ovatkin koti ja oma piha. Asuinympäristöstä riippumatta jokaisella perheellä on mahdollisuus liikkua. Liikkuminen ei edellytä erikoisia liikuntavarusteita, vaan lähes mikä tahansa kotoa löytyvä tavara tai lelu kelpaa liikuntavälineeksi. Vanhempi voi tehdä lapsen kanssa välineitä myös itse, kun vain käyttää mielikuvitustaan. Jos kotoa liikkeelle lähteminen tuntuu raskaalta, on hyvä yhdistää liikuttamiseen esimerkiksi tärkeiden ihmisten tapaaminen. Silloin vanhemmat saavat hoidettua kaksi asiaa samalla kertaa ja muiden ihmisten osallistuminen voi lisätä heidän ja lasten mielenkiintoa liikuntaa kohtaan. (Posket punaisiksi, 9-14.)

Luonto osana kasvatusta kuuluu hyvään lapsuuteen. Liikkumisen vapaus luonnossa on kuitenkin kaventunut kaupungistumisen myötä. Vanhemmat arvostavat liikkumavapautta, mutta ovat samanaikaisesti huolissaan lapsista yleisen turvattomuuden lisääntyessä. Liikkumalla luonnossa lapsella on mahdollisuus kokea ja oppia asioita, joista hän saattaa muuten jäädä paitsi. Vanhempien olisikin hyvä lähteä itse lapsen kanssa luontoon ja kokea yhdessä luonnon ihmeitä. Hyvistä luontokokemuksista lapselle voi jäädä positiivinen tunne, jonka seurauksena luonto tulee olemaan aina osana hänen elämänsä. (Kalliala 1999, 253-254.)

Lapsella on nyky-yhteiskunnassa mahdollisuus harrastaa lähes mitä vain. Jo vauvoille järjestetään erilaisia harrastus mahdollisuuksia vauvauinnista värikylpyyn. Harrastaminen saattaa olla hyvä asia, jos siitä on iloa sekä lapselle, että vanhemmalle. Harrastus saattaa tuoda parhaassa tapauksessa perheelle lisää yhteistä aikaa ja mukavaa yhdessäoloa. Nyky-yhteiskunnassa harrastuksilla on kuitenkin usein ikävä varjopuoli, jossa harrastuksesta tulee lapselle paineita, kilpailua ja pettymyksiä. Myöskään pienen lapsen perhe ei kaipaakaan lisästressiä harrastuksesta, joka ei ole toimiva perheen kannalta. Vaativassa harrastuksessa harrastus saattaa aikatauluttaa koko perheen elämän. Harrastuksesta on varmasti lapselle iloa ja hyötyä, kun hän on tarpeeksi vanha itse valitsemaan harrastuksensa ja tietää mistä nauttii. (Katajavuori 2012.)

Joissakin perheissä lapsen oppiessa kävelemään vanhemmat alkavat miettiä lapselle harrastuksia. Harrastamisesta voi pahimmassa tapauksessa muotoutua pakkomielle perheelle. Jos perheessä on useita lapsia, perheen koko aika saattaa kulua lasten harrastuksiin, eikä yhteistä aikaa jää muuhun yhdessäoloon. Vanhemmat eivät aina muista miettiä mikä olisi lapsen kannalta paras harrastuksen aloittamisajankohta tai ikäkausi, jolloin harrastaminen aloitetaan liian varhain. Lapset eivät myöskään ole välttämättä vielä psyykkisesti tai fyysisesti valmiita kaikkiin harrastuksiin, joihin vanhemmat heitä ohjaavat. Osasyynä vanhempien innokkuuteen harrastamista kohtaan saattaa olla harrastusten puolesta puhuvat pedagogit tai alan ammattilaiset. Vanhempien olisi kuitenkin hyvä seurata yleistä linjausta ja omaa intuitiotaan pienten lasten harrastamista kohtaan. (Sinkkonen 2008, 30-31.)

Harrastuksissa juokseminen lisää lapsen stressiä, vaikka se samalla saattaakin tuoda kaivattua vaihtelua äidin elämään. Joidenkin asiantuntijoiden mukaan ajatus pienten lasten harrastamisen tärkeydestä on lähtöisin ympärillä vellovasta markkinoinnista ja vanhempien omasta hektisyydestä ja halusta harrastaa. Asiantuntijoiden mielestä lapselle riittää todellisuudessa vanhemman läheisyys, läsnäolo ja syli, sekä yksinkertaiset asiat. Harrastukset kehoitetaan aloittamaan vasta kouluiässä ja silloinkin maltillisesti. Nykyään moititaan myös sitä, että lapselle saattaa olla useita harrastuksia, mutta hän ei osaa esimerkiksi solmia kenkiään, hiihtää tai luistella. (Pelastakaa lapset 2013.)

Vanhempien olisi hyvä pohtia myös omia motiivejaan lapsen harrastamista kohtaan. Mitä lapsen harrastus merkitsee vanhemmalle ja mitä harrastus merkitsee lapselle itselleen. Olisi hyvä pohtia myös harrastuksen tuomia hyötyjä ja haittoja ja vertailla niitä keskenään. Lasten harrastamisen kannalta olisi mielekästä, jos harrastaminen alettaisiin nähdä enemmän yhdessä tekemisen kautta, eikä se olisi niin ohjattua ja suorituskeskeistä. (Sinkkonen 2008, 33.)

5 MEDIAN VAIKUTUS PIENTEN LASTEN ELÄMÄÄN

5.1 Median rooli lapsen elämässä

Medialla on nykyään vaikutusta usean ihmisen elämään, sekä kasvavana osana myös pienten lasten elämään. Media ei ole välttämättä kuvaa todellisuudesta, vaan se tuo esille mediassa työskentelevien henkilöiden valinnat ja saattaa jopa luoda omaa todellisuuttaan. Luomalla omaa todellisuuttaan, media saattaa myös vaikuttaa maailmaan, jossa me elämme jokapäiväistä elämäämme. Toinen elämäämme vaikuttava tekijä on massamedia. Massamedian vaikutus näkyy suuresti sosialisatiossa eli arvojen siirtämisessä, sekä siinä millaiseksi yhteiskunnan jäseneksi me kasvamme. Media ja massamedia vaikuttavat osaltaan varsinkin lasten todellisuudenkäsitteeseen. (Mustonen 2001, 63.)

Nykykulttuuri pitää mediaa usein hyvin suuressa roolissa lapsen elämässä. Tähän ei vaikuta kuitenkaan vain median yleinen lisääntyminen, vaan taustalla olevat isommat asiat. Usein pohditaan miksi lapsi ohjataan median ääreen sen sijasta, että aikuinen viettäisi aikaa hänen kanssaan. Tai miksi mediasta on tullut tärkeämpi seura lapselle, kuin oma perhe tai ystävä. Näiden kysymysten ratkaisemiseksi tulisi puuttua perheen ja työelämän kulttuuriin, sekä muutettava sitä. Vanhempien olisi löydettävä aikaa ja voimavaroja olla lastensa kanssa median ulkopuolella, sekä aidosti arvostettava lasta. Useissa perheissä medialla korvataan puuttuvaa aikaa aikuisen kanssa, jos aikuinen on liian kiireinen tai väsynyt viettämään aikaa lapsen kanssa. Jos median käytöllä korvataan liikaa yhteistä aikaa, koituu se sekä lapsen, että vanhemman tappioksi. (Lehtipuu 2006, 14.)

Median käyttöön on erilaisia käyttösyitä, joita voivat olla esimerkiksi tunnepohjainen, sosiaalinen tai tiedollinen käyttösy. Sosiaalisella käytöksellä voi olla negatiivisia vaikutuksia lapsiin, sillä se voi luoda paineita erilaisissa vuorovaikutustilanteissa jo hyvin nuorena iässä. Lapselle voi olla myös hyvin tärkeää, että hän saa sosiaalisen hyväksynnän sen kautta, että tietää millaisia pelejä muut lapset pelaavat tai mitä ohjelmia he katsovat. Lapsella on vaarana jäädä ulkopuolelle muiden lasten leikeistä, jos hän ei tunne esimerkiksi tv-ohjelmia tai tietokonepelejä, joita muut lapset käyttävät leikkiensä aiheina. Joissakin tapauksissa leikkeihin mukaan pääsy saattaa edellyttää jopa mediatuot-

teiden pohjalta tehtyjä oheistuotteita, joita esimerkiksi vanhemmat ovat lapsilleen ostaneet. (Mustonen 2001, 78-79.)

Alle kouluikäisen huoneessa ei tulisi suositusten mukaan olla lainkaan televisiota, tietokonetta tai pelikonsoleita, vaan niiden tulisi olla vanhempien valvonnan alla. Rajojen asettaminen mediaan liittyen saattaa joidenkin ihmisten mielestä olla vanhanaikaista, mutta vain rajojen avulla lapsi saa parhaan mahdollisen hyödyn mediasta, eikä sen haittavaikutuksia. Median käyttöön asetetut aikarajat auttavat lasta valitsemaan mitä ohjelmaa he todella haluavat katsella tai mitä peliä olisi kaikkein mukavinta pelata. (Lehtipuu 2006, 64-71.)

Medialla ja perinteisellä leikillä on mahdollisuus kulkea käsi kädessä. Pelkkä media ja virtuaalitodellisuus eivät riitä lapselle, vaan lapsi tarvitsee oikeaa leikkiä kehittyäkseen ja saadakseen mielikuvituksensa valloilleen. Medialla on kuitenkin mahdollisuus innostaa lasta uusiin leikkeihin ja antaa lapselle uusia ideoita. Median onnistunut käyttö tulee esille siinä, jos lapsi siirtää mediasta saamansa ideat leikkeihinsä. Lapselle on tärkeää, että hän saa osallistua vanhemman kanssa perusaskareiden, kuten esimerkiksi ruoanlaittoon, siivoamiseen tai auton renkaiden vaihtoon. Näitä kokemuksia lapsi ei voi saada mediasta, vaan ne täytyy kokea itse. (Lehtipuu 2006, 52.)

5.2 Median vaikutus lapsen kehitykseen

Median vaikutukset aikuisiin ja lapsiin ovat hyvin yksilöllisiä. Median eri käyttötarkoitukset vaikuttavat puolestaan siihen, mitä millaisia hyötyjä tai haittoja henkilö saa mediasta. Sama mediaesitys, kuten esimerkiksi jokin tv-sarja voi vaikuttaa hyvin eri tavoin eri ihmisiin ja siitä voi olla hyvin erilaisia seurauksia. Joku tv-sarjan katsojista voi katsoa sarjaa kuluttaakseen aikaa, toinen taas kohottaakseen mielialaansa ja kolmas voi pitää sarjan jostakin piirteestä, jonka vuoksi katsoo sarjaa. Jo pienet lapset osaavat kuvata ainakin osittain omia mediakäyttönsä syitä ja tarpeita. On kuitenkin todettu, ettei pienellä lapsella ole mahdollisuutta ymmärtää tai olla tietoisia kaikista motiiveista tai niiden seurauksista, joita median käyttöön liittyy. (Mustonen 2001, 76-77.)

Medialla voi olla hyviä tai huonoja vaikutuksia ihmiseen ja sen vaikutukset säteilevät sosiaalisille, tunneperäisille, sekä tiedollisille alueille. Tutkimusten mukaan erilaisten medialaitteiden ja sovellusten käyttö saattaa häiritä ihmisen ydintoimintaa, joten on tärkeää, että median käyttäjät olisivat yhä kriittisempiä ja tarkempia siitä, kuinka he mediaa käyttävät. Lapset eivät välttämättä osaa vielä olla mediakriittisiä, joten vanhempien tulisi olla vastuussa siitä, millaisen median kanssa heidän lapsensa on tekemisissä. (Mustonen 2001, 170-172.)

Sosialisaationäkemyksen mukaan medialla on mahdollisesti joitakin hyviä ihmiseen vaikuttavia piirteitä, kuten yhteisöjen tai ryhmien vakauden lisääminen, sekä jäsenten yhteisöllisyyden tunteen lisääminen. Toisaalta taas median sosialisaatiolla voi olla myös negatiivisia vaikutuksia, sekä aikuisiin, että lapsiin. Sosialisaation vaikutus on vahvinta henkilöillä, joilla on vasta vähän elämäkokemusta, joten lapsille sen vaikutus saattaa olla hyvinkin suuri. On vaarana, että media tuo lasten eteen aikuisten maailmaan kuuluvia asioita, joita lapset eivät ole vielä valmiita käsittelemään. Media saattaa myös luoda lapselle paineita aikuistua ja kypsyä liian aikaisin, joka taas puolestaan voi vaikuttaa lapsen elämään ”lapsuutta lyhentävästi”. (Mustonen 2001, 63.)

Yhteiskunta- ja mediakriitikko Neil Postman kritisoi television vaikutusta lapsiin ja heidän kehitykseensä. Hänen mielestään television katselu ei saa aikaan minkäänlaisia uusia taitoja ja vaikuttaa lapsuuteen sitä lyhentävästi. Postmanin mielestä lapselle tulisi lukea paljon, sekä keskustella hänen kanssaan. Neil Postmanin kriittisyys saattoi sulkea hänen silmänsä myös median hyviltä vaikutuksilta. Joidenkin henkilöiden mielestä esimerkiksi television tekstitys taas saattaa auttaa lapsia kehittämään lukutaitoaan. Tohtori Robin Close taas on sitä mieltä, että liiallisen television katselun haittavaikutuksena saattaa olla kielellinen alikehitys. Perusteena tälle väitteelle on se, että mediaa käytettäessä lapsen keskittyminen kiinnittyy usein efekteihin tai meluun, muttei puheeseen tai ihmisääneen. Toinen peruste on, että lasten annetaan käyttää ja katsoa mediaa, jota ei ole tarkoitettu heidän ikätasolleen. (Lehtipuu 2006, 29-68.)

Harva päiväkotikäinen lapsi osaa lukea, joten puhuessamme kyseisestä ikäluokasta tekstityksellä ei yleensä ole positiivista vaikutusta heidän lukutaitoonsa. Alle neljävuotiaalla lapsella ei ole kykyä suodattaa näkemäänsä televisiosta, vaan hän menee suoraan kuvan sisälle. Hän ei osaa myöskään olla vielä mediakriittinen, eikä hänen mielensä pysty vielä käsittelemään kaikkia tietoja, joita hän esimerkiksi televisiosta saa. Aikuisen on siis oltava tiiviisti läsnä myös lapsen television katselussa ja seurata mitkä ohjelmat ovat lapselle soveliaita. Tutkimuksissa on myös todettu, että alle kouluikäinen saisi katsoa televisiota maksimissaan puolesta tunnista tuntiin päivässä. Suurempi katseluaika kuormittaa lapsen hermostoa ja saattaa esiintyä lapsen levottomana käyttäytymisenä, sekä vaikuttaa lapseen niin psyykkisesti, sosiaalisesti, kuin mielenterveydellisesti. (Lehtipuu 2006, 27-63.)

Media saisi olla vain pieni osa lapsen päivittäisestä toiminnasta. Medialla on mahdollisuus innostaa lasta, kun se on sivuosassa lapsen toiminnassa. Esimerkiksi jonkin televisio ohjelman katselu voi innostaa siihen, että lapsi siirtyy leikkimään leluillaan ohjelman aihealueen ympärille. Lapsi saattaa myös innostua piirtämään ohjelmaan liittyviä kuvia tai kehittää täysin omia leikkejään, jotka kiteytyvät ohjelmaan. Tässä tapauksessa televisio ruokkii positiivisesti lapsen mielikuvitusta ottamatta kuitenkaan liian suurta valtaa hänen ajastaan. (Lehtipuu 2006, 38.)

5.3 Vanhemman mediakriittisyyden merkitys lapsen hyvinvointiin

Mediakulttuurilla ja vapaa-ajalla on suuri vaikutus lapsen kasvatukseen, joissakin tilanteissa puhutaan jopa kolmannesta vanhemmasta. Media on myös muuttanut koulun ja kodin merkitystä lasten kasvatuksessa. Vaikka median käyttö on lisääntynyt suuresti jo pienten lasten keskuudessa, se ei muuta sitä tosiasiaa, että pieni lapsi tarvitsee aikuisen apua mediatilanteissa. Aikuisen tulisi myös antaa lapsen olla lapsi, vaikka media saattaa yrittää ohjata lasta kohti aikuisuutta liian varhain. (Lehtipuu 2006, 14-15.)

Jos vanhempi osaa olla mediakriittinen lapsensa median käytössä, sekä pitää käytöllä tietynlaiset rajat, media saattaa parhaimmillaan luoda lisää vuorovaikutusta ja kohtaa-

mista lapsen ja aikuisen välille median ulkopuolisen kanssakäymisen lisäksi. Vanhemmalla saattaisi olla mahdollisuus oppia tuntemaan lastaan entistä paremmin ja lapsella on mahdollisuus kertoa omista ajatuksistaan, joita media on hänessä herättänyt. Tällöin vanhemmalla on kuitenkin suuri rooli ohjata ja opastaa lasta kertomaan median herättämistä ajatuksista esimerkiksi kysymysten tai keskustelun avulla. (Lehtipuu 2006, 21-22.)

Nyky-yhteiskunnassa vanhempien kasvatus on usein epäröivää, eivätkä vanhemmat koe varmuutta tehdessään päätöksiä ja ratkaisuja lastensa kasvattamiseksi. Lasten annetaan usein käyttää tai katsoa mediaa, joka ei ole hyväksi heidän ikätasolleen. He saattavat joutua käsittelemään asioita, joihin heillä ei vielä ole taitoa tai jota heillä ei ole mahdollisuutta ymmärtää ikänsä vuoksi. Pienellä lapsella ei myöskään ole tarpeeksi taitoa erottaa faktaa fiktiosta. Lapsen tulisikin nähdä esimerkiksi ohjelmia, joista hänellä tulee turvallinen olo ja jonka kautta lapsi voi rakentaa myönteistä ihmiskuvaa. (Lehtipuu 2006, 55-63.)

Parhaimmillaan media voi olla lapselle kasvattava, sekä turvaa tuova keino. Tämän saavuttamiseksi lapset tarvitsevat tarkkasilmäisiä ja mediakriittisiä vanhempia, jotka opastavat heitä oikeaan suuntaan. Oikeanlainen media, kuten esimerkiksi muumit, voi luoda lapselle hyvän ja turvallisen olon, sekä vahvistaa lapsen käsitystä siitä, että hyvä voittaa pahan. Turvallinen media voi myös opettaa lapselle millainen on hyvä maailma. (Lehtipuu 2006, 31.)

Vanhempien tulisi muistaa, että vaikka media voi olla myös hyödyksi lapselle, se ei voi koskaan korvata vuorovaikutusta kahden tai useamman henkilön välillä. Empatian kyvyn kehittyminen, ajatteleva ja puhuminen vaativat aitoa vuorovaikutusta, sekä lapsen tarpeisiin vastaamista ja niiden huomioimista. Lapsen temperamentti on yksi suuri tekijä, jonka tulisi vaikuttaa hänen median käyttöönsä. Vanhempien siis tulee tehdä valintoja lapsen kanssa ja kontrolloida minkä verran ja mitä mediaa lapsi saa käyttää. (Lehtipuu 2006, 23-25.)

Yhdessä olo ja mahdollisuus jakaa tunteita on lapsen kehitykselle hyvin olennainen asia. Vanhemmilla ja kasvattajilla on mahdollisuus tähän antamalla lapselle aikaa, sekä katsomalla, odottamalla ja ihmettelemällä lapsen toimintaa ja kunnioittamalla hänen läsnäoloaan. Perheen tulisi muistaa elää arkea kohtaamalla toisiaan ja olemalla kanssakäymisessä ilman mediaa. Esimerkiksi aamu olisi hyvä viettää keskustelemalla perheen kanssa, eikä olemalla median parissa. Vanhempien tulisi muistaa, että lapsen mediakasvatus lähtee kodista ja on vanhempien vastuulla. Esimerkiksi päiväkotia on paikka, jossa oikeanlaista mediakasvatusta ylläpidetään, mutta toiminnan tulee saada alkunsa lapsen kasvattajilta. Oikeaoppisella mediakasvatuksella on suuri mahdollisuus seurata lasta koko hänen elämänsä ajan. (Lehtipuu 2006, 83-128.)

6 HAASTATTELUN TULOKSET JA JOHTOPÄÄTÖKSET

6.1 Opinnäytetyön kohdejoukko

Käytin haastatteluni aineiston keruumenetelmänä teemahaastattelua. Laitoin opinnäytetyön liitteeksi teemahaastattelun rungon, jotta se selkeyttäisi haastattelun rakennetta. Opinnäytetyöni aihe liittyy päiväkotikäisiin lapsiin ja heidän vanhempiinsa. Haastattelun teemoja ovat vanhemman ja lapsen välinen vuorovaikutus, lapsen vapaa-ajan leikkiminen, sekä median osuus lapsen ja vanhemman vapaa-ajassa. Päätin koota, tarkastella ja analysoida opinnäytetyössäni haastattelujen pääkohtia. Haastattelin opinnäytetyötäni varten kahta päiväkotikäistä lasta, sekä kahta päiväkotikäisen lapsen vanhempaa. Aikuiset olivat haastattelu hetkellä opiskelijoita. Haastateltavat olivat useasta taloudesta ja pidin heidät anonyymeina, jotta haastattelutilanteesta tulisi mahdollisimman aito ja rehellinen. Nimesin haastattelemani henkilöt nimillä lapsi 1, lapsi 2, aikuinen 1 ja aikuinen 2, jotta haastattelun hahmottuminen helpottuisi. Jokaisen haastateltavan perheeseen kuuluivat molemmat vanhemmat lapsen tai lasten lisäksi.

Tein haastatteluuni valmiin kysymys rungon, jonka avulla haastattelun aiheita oli helpompaa seurata ja hallita. En kuitenkaan halunnut haastattelun kulkevan ainoastaan valmiiden kysymysten pohjalta, vaan haastateltavat saivat vapaasti tuoda esille omia näkemyksiään ja mielipiteitään, sekä lisätä halutessaan mieleensä nousseita asioita. Tämän seurauksena keskustelu oli mielenkiintoista, sekä kattavaa ja keskustelu painottui joihinkin aihe-alueisiin muita alueita enemmän. Aikuisten ja lasten haastattelujen rungot erosivat hieman toisistaan. Pyrin kuitenkin pitämään mielestäni tärkeimmät asiat sekä lasten että aikuisten haastatteluissa. Muotoilin haastattelu kysymykset siten, että ne ovat mahdollisimman helposti ymmärrettävissä. Lasten kysymykset muodostin lasten kielelle ja aikuisten kysymykset aikuisten kielelle. Lasten haastattelut olivat pituudeltaan lyhyempiä, kuin aikuisten. Halusin tehdä lasten haastatteluista lyhyemmät, jotta heidän keskittymisensä ei herpaannu ja heille jää hyvä mielikuva haastatteluista.

Ennen haastattelu tilannetta keskustelin aikuisten ja lasten kanssa haastattelun ulkopuolisista asioista, jotta tilanne olisi mahdollisimman rento, eikä kukaan tuntisi oloaan liian

jännittyneeksi. Kävimme haastateltavien kanssa yhdessä läpi haastattelun rungon ennen varsinaista haastattelua, jotta heille muodostui käsitys tulevista aihe-alueista. Kerroin haastateltaville, ettei asioihin ole oikeita tai väärä vastauksia, eikä haastattelu tilannetta kannata ottaa liian vakavasti. Mielestäni kaikki nämä vaiheet ennen varsinaista haastattelua rentouttivat haastateltavia ja tekivät haastattelu tilanteista miellyttäviä.

6.2 Vuorovaikutus osana perheen vapaa-aikaa

Haastatteluni ensimmäinen osa-alue oli vanhemman ja lapsen välinen vuorovaikutus, jossa kysyin kysymyksiä liittyen opinnäytetyöni teoriaan. Kotiin tullessaan lapsi 1 ja lapsi 2 sanovat vanhempien tekevän omia asioitaan ja lasten omiaan. Lapsi 1 sanoo äidin alkavan laittaa ruokaa ja isän tulevan niin myöhään kotiin, että hän alkaa heti syömään tullessaan kotiin. Aikuiset 1 ja 2 ovat sitä mieltä, että työ ja koulu vaikuttavat negatiivisesti perheen yhteiseen aikaan. He ovat myös sitä mieltä, että ruoanlaitto ja kotitaskareet vievät paljon aikaa perheen yhteisestä ajasta. Aikuinen 2 sanoo myös harrastusten vähentävän yhteistä vapaa-aikaa, mutta aikuisen 1 perheessä lapsilla tai vanhemmilla ei ole harrastuksia.

Useat vanhemmat sanovat, että heillä on liian vähän yhteistä aikaa lapsensa kanssa. Koti, päivähoido, työ ja harrastukset vievät jokainen oman aikansa ja niiden yhteensovittaminen saattaa vaikuttaa negatiivisesti perheen yhteisiin hetkiin. Vanhemmilla olisi mahdollisuus lisätä yhteistä aikaa myös esimerkiksi ottamalla lapsi mukaan arkisiin askareisiin. Askareiden lomassa lapsi näkee millaisia asioita vanhemmat tekevät kotona, lapsi saa itse kokeilla miten kyseisiä asioita tehdään ja vanhempi, sekä lapsi voivat viettää aikaa yhdessä. Positiivisena seurauksena lapsi nauttii arkisten askareiden teosta ja hänen muistiinsa jää työnilo hänen tekemistään asioista. (Kinnunen 2003, 80-81; Kaikkonen & Mäki & Hakulinen-Viitanen & Markkula & Wikström & Ovaskainen & Virtanen & Laatikainen 2012, 50.)

Kysyin aikuiselta 1 ja aikuiselta 2 osaavatko he sanoa, kuinka pitkän ajan päivässä he viettävät yhtäjaksoisesti lastensa kanssa siten, että heidän koko huomionsa on lapsessa.

Molemmat aikuiset sanovat viettävänsä puolesta tunnista tuntiin aikaa lastensa kanssa yhtäjaksoisesti siten, että heidän koko huomionsa on lapsessa. Tutkijoiden mielestä on väärin, jos vanhemmat väittävät puolen tunnin yhdessä olon riittävän lapselle päivittäin silloin, kun se tapahtuu lapsen ehdoilla. Lapsi tarvitsee jatkuvasti vanhempaansa, sillä hänellä ei ole mahdollisuutta vetäytyä heidän suhteestaan. Hänellä ei ole keinoja pakottaa vanhempaa mihinkään ja hän tarvitsee vanhempaansa selviytyäkseen. Vanhempien tulisi muistaa, etteivät he voi vetäytyä pois hoivasuhteesta, sillä lapsi ja lapsen hyvinvointi on heidän vastuullaan. (Hillilä & Räihä 2009, 51-59; Keltikangas-Järvinen 2010, 159.)

Kysyin aikuiselta 1 ja 2 onko isän ja äidin rooli tasapuolinen kasvatuksessa, onko heillä samanlainen kasvatustyyli ja ottavatko he samalla tavoin vastuuta asioista. Molemmat aikuiset ovat sitä mieltä, että vanhempien rooli lasten kasvatuksessa on ajoittain eriarvoinen. Myös kasvatustyyli eroaa paikoittain ja aikuiset ovat sitä mieltä, että isät antavat useammin lapsille periksi ja äidit yrittävät pitää enemmän rajoista kiinni. Aikuisen 1 mielestä isän käskyttäessä lapsia, hänen tulisi myös perustella miksi toimii tietynlaisella tavalla, jotta lapset ymmärtäisivät tilanteen. Turvallisen perhe-elämän luomiseen vanhemmilla tulisi olla yhtenäinen kasvatustyyli. Jos kasvatustyyli on ristiriitainen, silloin kasvatuksesta tulee epäohjonmukaista, joka vaikuttaa negatiivisesti lapsen kehitykseen. Vanhempien tulisi löytää kultainen keskitie lapsensa kasvatuksessa. Lapsen etu vaatii kompromisseja, kärsivällisyyttä ja joustavuutta molemmilta vanhemmilta. Yhtenäisen kasvatustyylin löytäminen ei ole aina helppoa, mutta sen eteen nähty vaiva palkitaan lapsen tasapainoisena kehityksenä. (Kemppinen & Rouvinen-Kemppinen 1998, 150-151.)

Kysyin haastateltavilta onko heillä perheessä yhteisesti sovittuja sääntöjä. Jokaisen perheessä on nukkumaanmeno-aika, joka on noin yhdeksän puoli kymmenen välillä. Aikuisen 1 perheessä on sääntö, ettei kouluikäistä saa häiritä hänen tehdessään läksyjä, vaan päiväkotikäinen voi esimerkiksi katsoa televisiota hiljaisella volyymilla. Aikuisen 2 perheessä on perushygieniaan liittyviä sääntöjä, kuten käsien pesusta ja puhtaudesta kiinnipitäminen. Lapsi 1 sanoi, että heidän perheessään on sääntö, että pitää olla vähän hiljempaa leikkiessä. Muita perheessä sovittuja sääntöjä lapsella 1 tai lapsella 2 ei tullut

mieleen. Sanalla kasvatustarve on ristiriitainen merkitys nyky-yhteiskunnassa. Vanhemmat puhuvat kasvattamisesta, mutta samalla he haluavat nähdä suhteen lapseensa mieluummin kaverisuhteena, kuin kasvatussuhteena ja sääntöjen asettaminen on ajoittain vaikeaa vanhemmille. Vanhempi ei saa kohdella lasta kaverina, sillä sen seurauksena lapsi haluaa samat oikeudet kuin kaveri. Kaveri saa syödä, leikkiä, peseytyä ja nukkua milloin haluaa. Vanhempi ei pysty vaikuttamaan kaverin elämään, mutta oman lapsensa elämään vanhemman tulee vaikuttaa. (Kemppinen & Rouvinen-Kemppinen 1998, 88; Kalliala 1999, 29-30.)

Kysyin lapsilta 1 ja 2 mikä on mukavinta ja vähiten mukavaa vanhemmissa. Aikuisilta 1 ja 2 kysyin mikä on positiivisinta ja negatiivisinta vanhemmuudessa. Lapsen 1 mielestä mukavinta äidissä on, kun hän viettää aikaa hänen kanssaan ja isässä hyvä ruoanlaitontaito. Lapsen 1 mielestä mukavinta äidissä ja isässä on, kun he lupaavat karkkipäivän. Lapsen 1 mukaan vähiten mukavaa äidissä on, kun hän siivoaa ja isässä hänen jatkuva töissä olonsa. Lapsen 2 mielestä vähiten mukavaa äidissä ja isässä on heidän komenteilunsa. Aikuisen 1 mielestä positiivisinta vanhemmuudessa on hänen mahdollisuutensa toimia lastensa turvana ja esimerkkinä. Negatiivisinta on ajanpuute ja se, että tarkemmin asiaa pohtiessa aika olisi järjestettävissä, mutta kiire vie voiton. Aikuisen 2 mielestä positiivisinta vanhemmuudessa on lapsen kanssa yhdessäolo ja kaikki pienet lapsen tuomat ilot. Negatiivisinta vanhemmuudessa on myös aikuisen 2 mielestä ajan puute. Hän haluaisi myös välillä aikaa olla yksin, mutta siihen ei ole mahdollisuutta kiireisessä arjessa.

Vanhempien näkökulmasta heillä ei ole aikaa tehdä asioita, joita he haluaisivat tehdä. Yksi nykypäivän vanhemmuuden ongelma on, että tavallinen arki perheen kanssa ei riitä vanhemmille, vaan he hakevat elämyksiä kodin ja arjen ulkopuolelta. Tämä voi johtaa siihen, että vanhemmille syntyy tunne, ettei mikään riitä. Vanhempien tulisi oppia sietämään arkea ja kehittää uusia aktiviteetteja, jotka liittyvät perheen jokapäiväiseen arkeen. Myös koti, päivähoito, työ ja harrastukset vievät jokainen oman aikansa ja niiden yhteensovittaminen saattaa vaikuttaa negatiivisesti perheen yhteisiin hetkiin. Työnantajan ja yhteiskunnan myönteinen asenne lapsiperheiden tilanteita kohtaan mahdollisesti lisääisi perheen mahdollisuutta yhteisen ajan lisääntymiseen. (Kinnunen 2003,

80-81; Kyrönlampi-Kylmänen 2010, 16-18; Kaikkonen & Mäki & Hakulinen-Viitanen & Markkula & Wikström & Ovaskainen & Virtanen & Laatikainen 2012, 50.)

6.3 Leikki osana perheen vapaa-aikaa

Leikki vahvistaa ja kehittää lasta kokonaisvaltaisesti. Siinä ovat mukana lapsen aistit, mielikuvitus, toiveet, pettymykset, pelot, keho, tunteet, ajattelu, muistot jne. Leikin tärkeyttä kuvaa hyvin sanonta lapsi on terve, kun se leikkii. Lapsi 1 ja lapsi 2, sekä aikuisen 1 ja 2 lapset leikkivät päivittäin. Lapset 1 ja 2 leikkivät monipuolisesti, mutta lapsi 1 sanoo, ettei pidä leikkimisestä kovin paljoa. Aikuinen 1 sanoo lapsensa leikkivän roolileikkejä, sekä leikkivän poneilla ja barbeilla. Myös aikuisen 2 lapsi pitää roolileikeistä. Mielikuvitus- ja roolileikit ovat tärkeitä leikin osa-alueita. Roolileikit ovat hyvä esimerkki lapsen mielikuvituksen käytöstä. Mielikuvituksen kehittyminen lapsuudessa on tärkeää myös aikuisuutta ajatellessa. Jokainen haastateltavista sanoo vanhempien ja lasten välisen leikin olevan todella vähäistä tai olematonta. Lasten ja vanhempien yhteisen leikin tärkeyden korostaminen ei tarkoita sitä, että vanhempien tulisi aina olla leikki-valmiudessa. Heidän tulisi kuitenkin ohjata lasta oikeaan suuntaan leikin aloittamisessa, sekä antaa lapsille lupa olla hassuja, käyttää mielikuvitusta, sekä rohkaista heitä leikkimään. Usein lapselle riittää, että vanhempi on läsnä. (Kahri 2001, 18; Kahri 2003, 40; Kinnunen 2003, 72-73; Sinkkonen 2008, 243-244.)

Lapsen 1 lempileluihin kuuluvat ponit ja Petshop -leikkieläimet. Hänellä on niin paljon leluja, ettei hän muista mitä kaikkea omistaa. Lapsen 2 lempileluja ovat barbit. Hänen mielestään hänellä on sopiva määrä leluja. Molemmat aikuisista kokevat, että lapsilla on liikaa leluja, mutta he ovat pyrkineet laittamaan tarpeettomat lelut varastoon tai johonkin muuhun säilytys tilaan. Heidän lapsensa kuitenkin leikkivät suhteellisen tasaisesti esillä olevilla leluillaan. Lapsilla on nykyään paljon leluja ja monet leluista jäävät lähes käyttämättömiksi ja vievät vain tilaa perheen kodissa. Lelut ovat myös suuria riidanaiheuttajia useiden vanhempien ja lasten välillä, sillä ne saattavat lojua ympäriinsä ja olla jokaisen perheenjäsenen tiellä. Kun leluja on liikaa, eivät lapset osaa iloita kauaa uusis-

takaan leluista. On siis hyvä, jos vanhemmat laittavat vanhat, tarpeettomiksi käyneet lelut varastoon pois tilaa viemästä. (Kalliala 1999, 257-258; Kinnunen 2003, 71.)

Jokainen haastateltavista sanoo leikin olevan sallittua eri tiloissa ympäri taloa. Leikin syntyminen edellyttää lapsen kokevan ympäristönsä turvalliseksi. Hän tarvitsee myös turvallisia aikuisia ympärilleen, jotta uskaltautuu leikin maailmaan täydellä kapasiteetillaan. Vanhempien tulisi tukea lapsen leikkimistä mahdollistamalla hänelle oikeanlainen leikkiympäristö, sekä hankkimalla leikkeihin tarvittavia välineitä. Kenenkään perheissä ei käy viikolla paljoa leikkikavereita ajanpuutteen vuoksi, mutta viikonloppuna leikkikavereita on enemmän. Useat vanhemmat kannustavat ja ohjaavat lastaan hakemaan vapaa-aikanaan leikkikaveria. Osalla vanhemmista tämä on ele siitä, että he ajattelevat lapsen saavan enemmän iloa leikkikaverista, mutta osa vanhemmista ajattelee pääsevänsä itse helpommalla järjestäessään lapselle seuraa. (Kalliala 1999, 250-258; Kinnunen 2003, 69; Jantunen & Lautela 2009, 143-144; Juusola 2011, 143.)

6.4 Media osana perheen vapaa-aikaa

Kysyin haastateltavilta onko heillä kotonaan medialaitteita. Jokaisella haastateltavista on kotonaan vähintään yksi televisio ja tietokone. Kaksi haastateltavista sanoi, että heillä on kotonaan kolme televisiota. Kolmella haastateltavista on kotonaan myös pelikonsoli. Kaikilla haastateltavista on televisio olohuoneessa ja kannettavaa tietokonetta siirretään tarpeen mukaan. Lapsen 1, sekä lapsen 2 huoneessa on televisio ja pelikonsoli. Suositusten mukaan alle kouluikäisen huoneessa ei tulisi olla lainkaan televisiota, tietokonetta tai pelikonsoleita, vaan niiden tulisi olla vanhempien valvonnan alla. Lapsen 1 lempipelejä ovat Super Mario ja jumppa -peli. Hänen lempiohjelmansa ovat Pikkukakonen ja Galaxi. Hän katsoo televisiota päivittäin ja välillä myös aamuisin. Lapsen 2 lempipelejä ovat Skylander ja apina -peli ja hän pitää pelaamisesta. Hän ei katso televisiota aamuisin ja muutenkin aika vähän. Hänen lempiohjelmiinsa ovat Salatut elämät ja lastenohjelmat. Aikuinen 1 ja aikuinen 2 käyttävät mediaa katsoessaan televisiota ja ollessaan tietokoneella. Aikuiset sanovat, että heidän lapsensa käyttävät välillä tietokonet-

ta katsoessaan ohjelmia Yle Areenasta, YouTubesta tai Katsomosta. (Lehtipuu 2006, 64-71.)

Kysyin haastateltavilta ovatko he asettaneet rajoja lasten median käyttöön. Lapsella 1 ja lapsella 2 ei heidän mukaansa ole asetettu rajoja tai sääntöjä päivittäiseen median käyttöön. Tutkimuksissa on myös todettu, että alle kouluikäinen saisi katsoa televisiota maksimissaan puolesta tunnista tuntiin päivässä. Suurempi katseluaika kuormittaa lapsen hermostoa ja saattaa esiintyä lapsen levottomana käyttäytymisenä, sekä vaikuttaa lapseen niin psyykkisesti, sosiaalisesti, kuin mielenterveydellisesti. Myöskään aikuinen 1 tai aikuinen 2 eivät ole asettaneet rajoja päivittäiseen median käyttöön lapsilleen ja lapset saavat valita myös katsomansa ohjelmat itse. Aikuiset sanovat lastensa katsovan sa päivän aikana noin kaksi tuntia televisiota. Sade- tai talvipäivinä lapset katsovat televisiota kauemmin. (Mustonen 2001, 170-172; Lehtipuu 2006, 27-63.)

Kysyin aikuisilta näkyykö lapsen käytöksessä muutosta, jos mediaa käytetään paljon päivän aikana. Toinen aikuisista sanoo korkean päivittäisen median käytön näkyvän lapsen käytöksessä levottomuutena ja toinen sanoo lapsen käytöksen muuttuvan väsyneeksi, kärtyiseksi ja voipuneeksi. Tutkimusten mukaan erilaisten medialaitteiden ja sovellusten käyttö saattaa häiritä ihmisen ydintoimintaa, joten on tärkeää, että median käyttäjät olisivat yhä kriittisempiä ja tarkempia siitä, kuinka he mediaa käyttävät. Lapset eivät välttämättä osaa vielä olla mediakriittisiä, joten vanhempien tulisi olla vastuussa siitä, millaisen median kanssa heidän lapsensa on tekemisissä. (Mustonen 2001, 170-172; Lehtipuu 2006, 27-63.)

6.5 Haastattelun johtopäätökset ja analyysi

Haastattelujen vastaukset olivat suurelta osin yhtenäisiä keräämäni teorian kanssa. Kyseenalaistan opinnäytetyössäni vanhempien ajankäyttöä päiväkotikäisten lasten kanssa vapaa-ajalla. Haastatteluissa käy ilmi, että perheen yhteinen aika on vähäistä. Vanhemmat hoitavat kotona omia askareitaan ja lapset tekevät omia asioitaan. Työ, koulu, päiväkotij ja harrastukset vievät oman osansa yhteisestä ajasta. Myös ruoanlaitolla ja koti-

askareilla on vaikutusta yhteiseen aikaan. Vanhemmat kuitenkin myöntävät, että ajanpuutteeseen olisi mahdollisuus halutessaan vaikuttaa. Vanhempien olisikin hyvä ottaa lapset mukaan esimerkiksi arkisiin askareisiin, jolloin he myös saisivat lisää yhteistä aikaa ja tekemistä. Vanhempien tulee laittaa lapsen etu ensimmäiseksi ja ymmärtää, ettei arki ole aina mukavaa, mutta hyvät asiat tulisi löytää arjen pienistä yhteisistä hetkistä.

Vanhempien kasvatustilanne ei ole aina yhtenäinen, eikä heidän roolinsa ole aina tasapuolinen. Lasten kannalta yhteinen kasvatustilanne on kuitenkin todella tärkeä. Haastateltavilla ei ollut useita yhteisiä sääntöjä perheessä. Tämä voi kertoa nyky-yhteiskunnan epäroivästä kasvatuskulttuurista, jossa vanhemmat eivät oikein tiedä miten sääntöjä tulee asettaa ja millaisia lapselle asetettujen rajojen tulisi olla. Vanhempien tasapuoliset roolit perheessä auttaisivat molempia vanhempia jaksamaan paremmin arjessa ja nauttimaan vapaa-ajasta enemmän.

Haastateltavien perheissä lapset leikkivät päivittäin, mutta vanhemmat eivät leiki lasten kanssa. Lapsille vanhempien saatavilla olo ja läsnäolo ovat usein tärkein asia, mutta se ei toteudu jos vanhemmat tekevät omia asioitaan ja lapset omiaan. Haastateltavien kodeissa on luotu leikille hyvä ympäristö, sillä lapsilla on mahdollisuus leikkiä kodin eri tiloissa. Lapsilla on käytössään myös tarpeeksi leluja, muttei niin paljon, että ne häiritisivät lapsen leikkiä. Lapsille ei myöskään tuputeta leikkikavereita etenkään viikolla, jolloin vapaa-aikaan on muutenkin vähän.

Lasten median käyttö perheissä on aika suurta. Lapset katsovat televisiota päivittäin yli suositusrajan eli yli puolesta tunnista tuntiin. Lasten huoneissa on myös televisio, vaikka tutkijoiden mukaan television tulisi olla tilassa, jossa vanhempi voi helpommin valvoa sen katselemista. Lapset saavat myös katsoa haluamiaan ohjelmia ja ainakaan Salatut Elämät ei mielestäni ole päiväkotikäiselle soveltuva ohjelma, sillä se ei mielestäni sovellu edes alakouluikäisille. Lapsilla ei ole kehityksensä puolesta taitoa käsitellä tietynlaisia asioita mielessään, joten esimerkiksi Salatut Elämät sarjan tapahtumat ovat liian rankkoja hänen mielelleen. Uskon, että vanhemmat antavat lastensa käyttää mediaa osaltaan sen vuoksi, että silloin heillä on mahdollisuus saada omaa aikaa. He kuitenkin

myönsivät, että liiallinen median käyttö näkyy negatiivisesti lapsen käytöksessä. Liiallinen median käyttö vaikuttaa ihmisen ydintoimintaan ja kuormittaa lapsen hermostoa.

Mielestäni vanhempien tulee kiinnittää huomiota vanhempien ja lasten väliseen yhdessäoloon, sekä yhteiseen ajanviettoon. Vanhempien ei mielestäni pitäisi ottaa asiasta erityistä painetta, vaan ymmärtää, että lapselle riittää usein pelkkä aikuisen läsnäolo. Joskus vanhempien olisi kuitenkin hyvä myös leikkiä lapsensa kanssa ja mahdollisesti myös vanhemmat saisivat leikistä positiivisen kokemuksen. Perheiden tulisi kiinnittää huomiota liialliseen median käyttöön. Lapset varmasti viettävät mielellään useita tunteja median parissa, jos heille annetaan siihen mahdollisuus. Median käytön aikarajat ovat kuitenkin tiukat päiväkotikäisten lasten kohdalla. Kyseiset aikarajat ovat kuitenkin perusteltuja, sillä ne vaikuttavat lapsen hyvinvointiin ja kokonaisvaltaiseen kehitykseen. Vanhempien olisikin hyvä olla mediakriittisempi, sekä tiukentaa lapsensa sääntöjä median käytössä.

7 POHDINTA

Opinnäytetyö prosessin alussa minulla oli vaikeuksia löytää sopivaa aihetta opinnäytetyölleni. Tiesin, että aihe tulisi liittymään päiväkotiin tai päiväkotikäisiin lapsiin, mutta oli todella haastavaa valita sopiva aihealue useiden mielenkiintoisten vaihtoehtojen väliltä. Päiväkotikäiset lapset olivat selkeä valinta minulle, sillä haluaisin työskennellä valmistuttuani päiväkodissa ja olen suorittanut kolme aiempaa harjoittelua kolmessa eri päiväkodissa. Olen myös ehtinyt näkemään harjoittelujeni aikana useita huonovointisia lapsia, joiden huonovointisuus heijastuu heidän perheoloistaan.

Pyöritellessäni aihealueita mielessäni aika kului yllättävän nopeasti ja yhtäkkiä aiheen tulikin olla jo valittuna. Yritin pohtia, mistä asiasta olen eniten huolissani päiväkotikäisten lasten kohdalla. Päädyin lopulta siihen, että olen huolissani siitä miten lapset viettävät vapaa-aikaansa vanhempiensa kanssa. Päätin siis ottaa opinnäytetyöni aiheeksi vanhempien ajankäytön päiväkotikäisten lasten kanssa vapaa-ajalla. Pyörittelin vapaa-aikaan liittyviä osa-alueita paperilla, sekä pääni sisällä ja päädyin lopulta neljään pääalueeseen, joita ovat vuorovaikutus, media, leikki, sekä liikunta ja harrastukset. Eri vaihtoehtojen jälkeen nämä aihealueet olivat mielestäni selkeimpiä ja toivat esille perheen vapaa-aikaa mahdollisimman monipuolisesti ja kattavasti.

Opinnäytetyöni aiheesta löytyi kattavasti aineistoa. Aineiston etsiminen oli ajoittain vaikeaa, sillä aineistoa tuli etsiä hakusanoilla, jotka eivät olleet itsestään selviä. Haastavaa oli myös löytää aineistosta olennaisimmat aiheeseen sopivat kohdat ja pysyä rajatussa aiheessa. Mielestäni teoriaosion jako oli onnistunut ja jokaiseen aihe-alueeseen löytyi tarvittavaa tietoa. Mielestäni opinnäytetyöni teossa raskainta ja aikaa vievintä oli lähteiden etsiminen, sillä halusin löytää luotettavia, tietynlaista näkökulmaa sisältäviä lähteitä, jotka todella liittyivät aiheeseen. Myös lähteiden tutkiminen ja oikeiden asiayhteyksien löytäminen lähteistä oli todella aikaa vievää. Haastavaa oli myös lähdeviitteiden merkinnän opettelu ja haastattelujen avaaminen. Haastetta toi myös teoria osio, jossa minun täytyi muistuttaa itseäni kannettavaan tietokoneeseen liimatulla muistilapulla,

ettei teoriaan saa kirjoittaa omia ajatuksia tai mielipiteitä, vaan teorian tulee olla lähteistä löydettyä faktatietoa.

Aikataulullisesti aloitin opinnäytetyöni teon mielestäni hieman liian myöhään. Sain työn valmiiksi ajoissa, mutta ajoittain olotila oli todella uupunut. Lopputulokseen olen kuitenkin tyytyväinen ja mielestäni työstä tuli kattava, monipuolinen ja selkeä. Olen tyytyväinen myös haastatteluihin, sillä haastattelut oli helppo liittää aihealueeseen ja teoriaosioon. Positiivisena seurauksena aikataulun pienestä myöhästymisestä seurasi se, että opinnäytetyö on kirkkaassa muistissani kokonaisuudessaan. Minulle oli opinnäytetyötä tehdessäni apua siitä, että muistin osa-alueet selkeästi, jonka seurauksena koko työni hahmottaminen helpottui. Yksi tiukahkon aikataulun etu oli, että tein opinnäytetyötäni viikoittain, jonka seurauksena aihe ei paennut ajatuksistani ja sain pidettyä motivaationi kasassa koko opinnäytetyön prosessin ajan.

Opinnäytetyöni keskeiset tutkimus kysymykset olivat viettävätkö vanhemmat aikaa vapaa-ajalla lapsensa kanssa, mitä vanhemmat tekevät lapsensa kanssa vapaa-ajalla ja millaisia vaikutuksia yhteisellä vapaa-ajan vietolla on lapselle. Sain vastauksia kyseisiin kysymyksiin opinnäytetyöni teoriaosiosta ja haastatteluista. Teorian ja haastattelujen avulla päästiin samankaltaisiin tuloksiin, jotka todistivat, että nyky-yhteiskunnan vanhempien ja lasten välisessä vapaa-ajan vietossa on puutteita ja kehitettävää. Toivon, että vanhemmat tarkastelisivat kriittisesti omaa vapaa-ajanviettoaan lapsensa kanssa, jolloin he mahdollisesti huomaisivat jonkin puutteen tai kehittämistarpeen, jonka he voisivat muuttaa positiivisempaan suuntaan. Toivon myös, että opinnäytetyölläni olisi mahdollisuus muuttaa vanhempien käsityksiä tai ajatuksia ja ohjata heitä kohti lapsen kannalta positiivisempaa vapaa-ajan viettoa.

Käytin haastattelujeni menetelmänä teemahaastattelua. En aluksi ymmärtänyt, kuinka haastattelut tulee purkaa, vaikka yritin etsiä haastattelujen purusta tietoa internetistä. Opettajalta saamani palautteen jälkeen teemoitin haastattelut omiin aihe-alueisiinsa ja liitin tuloksiin teoriaa. Pyrin tekemään teemoituksen avulla haastatteluista mahdollisimman tiivistetyn, pelkistetyn ja yleisen kokonaisuuden, sekä erottelin haastattelujen samankaltaisuuden ja erilaisuudet. Analysoidessani haastatteluja pohdin millä tavalla

vastaukset olivat yhtenäisiä ja millä tavalla erilaisia keräämäni teorian kanssa. Analyysini tavoitteena oli myös, että opinnäytetyöni lukija löytäisi analyysistä minun näkökulmani ja ymmärtäisi miten olen tietynlaisiin tulkintoihin päätenyt.

Opinnäytetyötäni voisi mielestäni hyödyntää esimerkiksi vanhempien herättelemisessä. Olisi hyvä saada vanhemmat huomaamaan kuinka tärkeä vapaa-ajan merkitys todella on lapselle ja lapsen kokonaisvaltaiselle kehitykselle ja hyvinvoinnille. Vanhempien olisi hyvä myös ymmärtää, ettei yhteinen vapaa-ajan vietto vaadi aina isoja uhrauksia, vaan se on paljolti myös pieniä tekoja ja asioita. Usein tärkeintä lapselle on vanhemman läsnäolo ja kuulluksi tuleminen. Jos jatkaisin tulevaisuudessa opinnäytetyöni tekoa, voisin esimerkiksi tehdä vapaa-ajan viettoon liittyvän kyselyn päiväkotien lasten vanhemmille. Kyselyn avulla minulla olisi mahdollista laajentaa tietoutta siitä, miten vanhemmat ja lapset viettävät yhdessä vapaa-aikaansa.

Opinnäytetyöni on luotettava, sillä lähteenä on käytetty 20 eri tekijän luotettavaa lähdettä, jotka on tarkoin valittu sisältönsä perusteella. Joissakin lähteistä on useaan opinnäytetyön osa-alueeseen liittyvää teoriaa, jotka olen jakanut omiksi osioikseen. Lähteet ovat nykypäivän kirjallisuutta ja teoksia, joka lisää niiden luotettavuutta. Haastatteluista tekee luotettavan niiden anonyymius, neljän henkilön haastatteleminen, sekä aikuisen ja lapsen näkökulma. Mielestäni haastattelujen anonyymius rohkaisee haastateltavaa olemaan täysin avoin ja rehellinen haastattelu tilanteessa. Lapsen ja aikuisen näkökulmaa taas antaa laajempaa ulottuvuutta opinnäytetyölleni ja tuo esille kaksi erilaista näkökulmaa.

Mielestäni opinnäytetyötä oli mielekästä tehdä, sillä aihe todella puhutteli minua. Olin aidosti kiinnostunut opinnäytetyöni aiheesta ja halusin myös itse oppia, sekä kehittyä opinnäytetyö prosessini myötä. Opinnäytetyö oli minulle opettavainen kokemus. Se muutti todeksi ennakkokäsitykseni ja epäilykseni, joita minulla oli opinnäytetyöni aiheeseen liittyen. Sain varmuutta mielipiteeseeni, jonka mukaan nyky-yhteiskunnassa on kehitettävää lasten ja vanhempien välisessä vapaa-ajan vietossa. Mielestäni minun oli hyvä saada mielipiteeni tueksi tutkittua ja perusteltua teoria pohjaa, sillä tulen työskentelemään päiväkodissa, jolloin minun on hyvä tietää mahdollisista perheen ja lapsen on-

gelmiin vaikuttavista asioista. Opinnäytetyötä tehdessäni sain myös paljon uutta yleistä tietoa päiväkotikäisistä lapsista ja jatkossa minulla on mahdollisuus hyödyntää kyseistä tietoa tulevassa ammatissani. Opinnäytetyöni tekeminen oli siis minulle kehittävä ja opettavainen kokemus, josta oli myös aitoa hyötyä tulevaisuuttani ajatellen.

LÄHTEET

Eskola, Jari & Suoranta, Juha 2005. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Vastapaino, Tampere.

Helenius, Aili & Karila, Kirsti & Munter, Hilikka & Mäntynen, Pirkko & Sirenius, Helena 2001. Pienet päivähoitossa – alle kolmivuotiaiden lasten varhaiskasvatuksen perusteita. 1. painos. WS Bookwell Oy, Juva.

Hillilä, Merja & Räihä, Pekka 2009. Samalta viivalta 3. WS Bookwell Oy, Juva.

Hougaard, Bent 2005. Curling vanhemmat ja lapsityrannit – järkevän kasvattajan käsikirja. WS Bookwell Oy, Juva.

Jantunen, Timo & Lautela, Raija 2009. Kuningasvuosi – leikin kulta-aika. Vammalan kirjapaino Oy, Sastamala.

Juusola, Mervi 2011. Vahvaksi rakastetut lapset. 1. painos. Otavan kirjapaino Oy, Keuruu.

Kahri, Mari 2001. Lapsen arki on leikkiä. Kauhavan kirjapaino, Kauhava.

Kahri, Mari 2003. Lapsen arki on leikkiä 2. Kauhavan kirjapaino, Kauhava.

Kaikkonen, Risto & Mäki, Päivi & Hakulinen-Viitanen, Tuovi & Markkula, Jaana & Wikström, Katja & Ovaskainen, Marja-Leena & Virtanen, Suvi & Laatikainen, Tiina 2012. Lasten ja lapsiperheiden terveys- ja hyvinvointierot. Juvenes Print – Tampereen yliopistopaino Oy, Tampere.

Kalliala, Marjatta 1999. Enkeliprinsessa ja itsari liukumäessä - leikkikulttuuri ja yhteiskunnan muutos. Tammer-Paino Oy, Tampere.

Katajavuori, Riina 2012. Lasten liikuntasuositukset. Vauvakirjan kotisivut.
<http://www.vaukirja.fi/Lapset-ja-lukeminen/Ajankohtaista/Lapset-harrastavat/>

Keltikangas-Järvinen, Liisa 2010. Sosiaalisuus ja sosiaaliset taidot. WS Bookwell Oy, Juva.

Kemppinen, Pertti & Rouvinen-Kemppinen, Katriina 1998. Vuorovaikutuksen aarrearkku - vinkkejä kasvattajille. 1. painos. Kannustusvalmennus P. & K. Oy, Vantaa.

Kinnunen, Saara 2003. Anna mun olla lapsi. Gummerus Kirjapaino Oy, Jyväskylä.

Kyrönlampi-Kylmänen, Taina 2010. Lapsen hyvä arki. Taina Kyrönlampi-Kylmänen ja Kustannus-Osakeyhtiö Kotimaa/Kirjapaja, Helsinki.

Lehtipuu, Unna 2006. Ruuturitari ja digidonna. WS Bookwell Oy, Juva.

Matilainen, Tuulia 2008. Lapsi elää rutiineista – helppo ja hyvä arki. Gummerus Kirjapaino Oy, Jyväskylä.

Metsämuuronen, Jari 2006. Tutkimuksen tekemisen perusteet ihmistieteissä. 3. painos. Gummerus Kirjapaino Oy, Vaajakoski.

Mustonen, Anu 2001. Mediapsykologia. 1. painos. WS Bookwell Oy, Porvoo.

Pelastakaa Lapset – Rädda Barnen 2011. Lapsen ääni – tarina minulta. Paintmedia.

Pelastakaa Lapset - Rädda Barnen 2013. Harrastaminen lisää pienen lapsen stressiä. Pelastakaa Lapset – Rädda Barnen kotisivut.

<http://www.pelastakaalapset.fi/media/pelastakaa-lapset-verkkolehti/toiveaiheet/harrastaminen-lisaa-pienen-lapse/>

Sinkkonen, Jari 2008. Mitä lapsi tarvitsee hyvään kasvuun. WS Bookwell Oy, Juva.

Tarhonen, Anu & Viitanen, Jenni 2010. Alle 3-vuotiaiden lasten näkemyksiä arjesta ja yhdessäolosta. Uuden sisällön kehittäminen Mannerheimin Lastensuojeluliiton vapaaehtoisvoimin toteutettavaan lapsi- ja perhetoimintaan. Opinnäytetyö. Hämeen ammatti-korkeakoulu, Häme.

Tuomi, Jouni & Sarajarvi, Anneli 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Tammi, Helsinki.

Willberg, Eeva 2009. Laadullisen aineiston luotettavuus. Kasvatustieteiden laitos. Eri-tyispedagogian yksikkö. <https://www.jyu.fi/edu/laitokset/eri/opiskelu/opiskelu-info/prosem/laadullinen>

Yli-Luoma, Pertti 2001. Ohjeita opinnäytetyön tekemiseen. IMDL Oy Ltd, Sipoo.

LIITTEET

HAASTATTELUN TEEMAT

TEEMA 1

Teema 1 on vuorovaikutus osana perheen vapaa-aikaa. Teeman 1 kysymykset liittyvät lapsen ja vanhemman välinen vuorovaikutus teoria osioon, jonka alaluvut kertovat perheen arjesta, vanhemman vaikutuksesta lapsen hyvinvointiin ja kehitykseen, sekä lapsen ja vanhemman vuorovaikutuksesta. Kysyin haastateltavilta kysymyksiä jokaisesta osa-alueesta saadakseni vastauksista mahdollisimman kattavat.

TEEMA 2

Teema 2 on leikki osana perheen vapaa-aikaa. Teeman 2 kysymykset liittyvät leikki, liikunta ja harrastukset teoria osioon, jonka alaluvut kertovat leikistä lapsen kehitystehävänä, leikin roolista lapsen elämässä, sekä liikunnan ja harrastusten vaikutuksesta lapsen vapaa-aikaan. Haastatteluni keskittyi pääasiassa leikkiin, liikunnan ja harrastusten sijasta.

TEEMA 3

Teema 3 on media osana perheen vapaa-aikaa. Teeman 3 kysymykset liittyvät median vaikutus pienten lasten elämään teoria osioon, jonka alaluvut kertovat median roolista lapsen elämässä, median vaikutuksesta lapsen kehitykseen, sekä vanhemman media-kriittisyyden merkityksestä lapsen hyvinvointiin. Kysyin haastateltaviltani kysymyksiä jokaisesta osa-alueesta saadakseni mahdollisimman kattavat vastaukset.